

بسم الله الرحمن الرحيم

ران ملخی پیش سلیمان بردن عیب است ولیکن هنر است از موری

تقدیم به آستان ترجمان حقیقی وحی: **حجت ابن الحسن العسکری** عجل الله فرجه

و با سپاس از:

مادرم که مرا با قرآن آشنا کرد و شیرینی ترنم وحی را از کودکی در کام من گوارا ساخت

با قرآن خوشبخت شوید

اگر می خواهید تغییر کنید و از یکنواختی و بیهودگی نجات یابید؛

اگر از افکار سطحی و پیش پا افتاده، خسته شده‌اید؛

اگر دوست دارید زندگی آرام و بی دغدغه در کنار عزیزانتان داشته باشید؛

اگر می خواهید بهترین و صحیح‌ترین راه زندگی کردن را بیاموزید؛

و در يك جمله:

اگر به دنبال خوشبختی می گردید:

این کتاب، پنجره جدیدی از پهنای گسترده و عمق ژرف قرآن در برابر شما خواهد گشود.

«فَذَكِّرْ بِالْقُرْآنِ مَن يَخَافُ وَعَيْدِ»

پیش گفتار

سال‌هاست که خداوند توفیق حفظ قرآن و انس با آیات روحبخش کلام الله را به من عطا نموده است. روزها و ساعت‌های زیادی را صرف تماشای این چشمه زلال معرفت صرف کرده‌ام و به محافل و کلاس‌های قرآنی زیادی رفته و تحقیق و تدریس کرده‌ام. مهارت‌هایی چون روخوانی و تجوید و حفظ و تفسیر و صوت و لحن را آموخته‌ام، ولی انگار در همه این ساعت‌هایی که از مجالست با قرآن لذت می‌بردم، طینتی در گوش من نواخته می‌شد که این همه آن چیزی نیست که به دنبالش هستی. عجیب بود که هر روز بر تشنگی‌ام افزوده می‌شد و من در کنار چشمه زلال و لاینقطع معرفت و حکمت ایستاده بودم، اما گویا حجابی بر روی قلب زنگار گرفته من ایجاد شده که نتوانم قرآن را آن‌گونه که باید بیابم.

تا اینکه روزی نگاهم به یکی از ابیات زیبای حافظ شیرازی افتاد:

صبح خیزی و سلامت طلبی چون حافظ هر چه کردم همه از دولت قرآن کردم

این بیت و احساس درونی شاعر آن - که از خوشبختی خود با قرآن حکایت می‌کند - هم‌چون پتکی بر سر من خورد. با خود گفتم آیا پس از سال‌ها فعالیت قرآنی من نیز می‌توانم چنین ادعایی را داشته باشم. آیا عافیت و سلامتی ارمغان قرآن به من نیز بوده است؟ من تا آن روز به مقتضای بزرگ‌ترین افتخار زندگی‌ام - یعنی طلبگی - هزاران آیه و حدیث را خوانده بودم و از بر کرده بودم، اما نمی‌دانم چرا این شعر سبب تلنگر شدید من شد؟! شاید به خاطر اینکه همه آن آیات و احادیث را از مظاهر پر عظمت و باشکوه و ابهتی می‌دیدم که نمی‌توانستم به آن نزدیک شده و لمسشان کنم. من کمتر توانسته بودم قرآن و احادیث را در زندگی ملموس خودم جاری کنم. وقتی حدیث امام سجاد (ع) را می‌خواندم که فرمود: «اگر همه مردم ما بین مشرق و مغرب بمیرند و من تنها باشم و قرآن با من باشد، هرگز از تنهایی وحشت نمی‌کنم»، با خود می‌گفتم حتماً آن حضرت نکاتی را در قرآن می‌بیند که ما نمی‌فهمیم. حالا ولی با خودم می‌گویم این سخن پرمحتوا از آن امام، نسخه‌ای برای همه پیروان واقعی‌شان نیز باید باشد. آن حضرت نمی‌خواستند حالت شخصی خودشان را حکایت کنند؛ بلکه نشانه و الگویی است برای رابطه صحیح ما با قرآن.

حالا بیشتر به مظلومیت قرآن فکر می‌کنم. قرآن کتابی است که همه جا هست، ولی هیچ جا نیست. جایگاه واقعی قرآن کجاست؟ روی طاقچه خانه و بر سر سفره عقد و در مجالس ختم و ...؟ آیا قرآن را باید در پستوی ذهن حافظان و در ورای صدا و لحن زیبای قاریان جستجو کرد؟ یا اینکه قرآن باید در وسط زندگی باشد؛ همان جایی که تصمیمات مهم زندگی گرفته می‌شود؛ همان وقتی که غصه‌دار می‌شویم یا استرس امتحان داریم و یا مشکلات اقتصادی امانان را بریده؛ موقع ازدواج یا وقت فرزندداری یا برای انتخاب کار و شغل و هر اتفاق دیگر زندگی. قرآن را باید به متن زندگی آورد؛ چون جایش همان‌جاست. چرا قرآن را در نزدیک‌ترین اتفاقات زندگی مان لمس نمی‌کنیم؟ آیا حیف نیست که از میان این همه فایده و اثر، به آثار وضعی انس و تلاوت ظاهری قرآن بسنده کرده‌ایم؟ آیا وقت آن نرسیده که ورای کلاس درس‌ها و آموزش مهارت‌های لازم و بایسته قرآنی مثل روخوانی و تجوید و حفظ و تفسیر و ...، مهارت مهم‌تری آموزش داده شود که همه به آن محتاج‌تریم: «مهارت خوشبختی با قرآن».

قرآن کتاب همه انسان‌ها و همه زمان‌هاست. دنیای امروز تشنه معارف قرآن است. باید به سراغ قرآن رفت و مشکلات امروز را درمان کرد. این مهم جز با همت اساتید و بزرگان قرآنی کشور محقق نمی‌گردد. این حقیر به سهم خود خواستم در این زمینه گام کوچکی بردارم. هدف من از بیان این مقدمه و جمع‌آوری این کتاب، خودستایی و اظهار فضل و دانش نیست؛ بلکه تنها امیدوارم این اثر گامی رو به پیشرفت در نمود خارجی آموزه‌های قرآنی در زندگی باشد. این کتاب تلنگری است برای خودم و همفکرانم که نگاه عینی‌تری به آیات قرآن بیندازند و ثابت کنند که قرآن تمام ابعاد خوشبختی انسان را محقق کرده است و از این رو، نام این مجموعه را این‌گونه برگزیدم: «**با قرآن خوشبخت شوید!**»

آری، می‌توان با قرآن خوشبختی را لمس کرد؛ مشروط بر آنکه در آن به دیده تدبیر بنگریم و در مقابل آستانش سر تعظیم و تسلیم فرود آریم.

اینجانب از تمام مخاطبان و به‌ویژه محققان و اساتید گرامی، خاضعانه می‌خواهم که نارسایی قلم و فکر و نابینایی دیده و قلب این بنده حقیر را عفو کرده و مجدانه تمام نیرو و فکر خویش را برای پیگیری و رشد این‌گونه تألیفات و موضوعات که به کاربرد قرآن در زندگی می‌پردازد، به کار گیرند.

در ادامه توجه مخاطبان را به چند نکته جلب می‌نمایم:

۱. سال‌هاست که پیرو فرمایشات و تأکیدات پی‌درپی مقام معظم رهبری حفظه الله، موضوع حفظ قرآن کریم و فراگیر ساختن آن در میان آحاد جامعه مطرح گشته و مؤسسات و نهادهای مختلف دولتی و مردمی در این راستا تلاش‌های قابل تقدیری انجام داده‌اند. به نظر می‌رسد ایجاد نهضت ملیونی و فراگیر قرآنی در کشور ما نیاز به فراهم آوردن بسترها و زیرساخت‌ها و نیز تغییر برخی نگرش‌هاست. یکی از بسترهای بایسته در این زمینه، پرداختن به «حفظ موضوعی قرآن کریم» است که نقش زیادی در گسترش علاقه و نیاز به قرآن دارد. حفظ موضوعی قرآن علاوه بر تنوع و جذابیت ذاتی، فواید بسیاری چون توجه به کاربردی کردن قرآن، توجه به مفاهیم و تفسیر قرآن، توانایی پاسخ به شبهات و سؤالات دینی، گسترش سبک زندگی قرآنی، ایجاد نظام فکری دینی و ... نیز دارد. بر این اساس، به مسئولان، اساتید و مؤسسات قرآنی پیشنهاد داده می‌شود تا با پرداختن به این‌گونه از حفظ قرآن، زمینه‌های انس و علاقه به قرآن را در جامعه فراهم نمایند.

۲. یکی دیگر از فرمایشات و تأکیدات مقام معظم رهبری در عرصه فرهنگ، تبیین و گسترش «سبک زندگی اسلامی، ایرانی» است. سبک زندگی شامل مجموعه‌ای از ارزش‌ها و شیوه‌های رفتاری یک فرد در جریان زندگی روزمره است که الگوهای روابط اجتماعی، سرگرمی، مصرف، مد و پوشش را در بر گرفته و حتی جهان بینی فرد را باز می‌نمایاند. امروزه بحث از سبک زندگی در کنار آموزش «مهارت‌های زندگی» توسعه زیادی یافته و دانشمندان کتب زیادی در این زمینه تألیف و پیشنهادهای متعددی ارائه نموده‌اند. ما در این مجموعه، ضمن نقد و احترام به برخی یافته‌های صحیح علوم غربی، به دنبال نگرشی تازه بر این مبحث بوده‌ایم. از این رو هم در نوع مهارت‌ها و هم در توضیح آن، به سراغ قرآن کریم رفته و تلاش کرده‌ایم تا دیدگاه قرآن در چگونگی زندگی و مهارت‌های خوشبختی را بیان نماییم. ذکر این

نکته ضروری است که نگارنده با صرف نظر از تفاوت‌های نظری و تئوریک میان سبک زندگی و مهارت‌های زندگی و نیز اصطلاحات روان‌شناسان در این زمینه، به ذکر دستورهای عملی قرآن در این حیطة پرداخته و در حد توان شباهت‌هایی نیز در نام‌گذاری مهارت‌ها با اصطلاحات روز آن برقرار کرده است.

۴. در این کتاب تلاش شده تا از نقل نظرات تفسیری غیر معتبر و اختلافی پرهیز شود. با این وجود، این یک اثر تفسیری نیست و نباید از آن انتظار مطالب عمیق علمی داشت. هم‌چنین، از آنجا که غرض اصلی، نگاه تازه و کاربردی به آیات قرآن بوده، در برخی موارد، آیات، مفهوم جامع یا مختصرتری از موضوع بیان شده دارد. این امر طبیعی است و نباید باعث اشتباه مخاطب شود؛ زیرا حفظ موضوعی از مقوله تطبیق کلیات بر جزئیات و مصادیق است؛ نه تفسیر آن.

۵. این کتاب در شانزده فصل و یک مقدمه و با ۱۱۴ گفتار جمع آوری شده است. هر فصل شامل یک مهارت کلیدی در خوشبختی انسان است. بعضی از این مهارت‌ها، به بینش و جهان‌بینی فرد کمک کرده و برخی دیگر، رفتار مناسبی را در او پرورش می‌دهد. هر گفتار نیز شامل یک موضوع و آیه محوری است که با آیات و روایات و اشعار متناسب دیگر توضیح داده شده است. دسته‌بندی موضوعات و مطالب و آیات نوعاً ابتکاری می‌باشد؛ اگرچه در این راه از تلاش دیگر نویسندگان و محققان نیز بهره فراوانی برده شده است. در ذیل هر موضوع تلاش شده تا در عین اتقان علمی، با زبانی عامه پسند و شیوا به ذائقه عموم مخاطبان بها داده شود. از این رو به تناسب حجم کتاب، از آیات و روایات و اشعار و سخن بزرگان و نیز حکایات مشهور نیز بهره برده شده است. روشن است که نقل اشعار یا جملات از نویسندگان و شاعران به معنای تأیید تمام اندیشه‌های آنان نیست.

در پایان، از همه صاحب‌نظران و اندیشمندان عاجزانه خواستارم تا کاستی‌های این اثر را چه در محتوا و چه در قالب، به این حقیر تذکر داده و با دانش و همت والای خود به پیشبرد این هدف در جامعه قرآنی کمک کنند.

سید مهدی‌هاشمی

اردیبهشت ۱۳۹۶

فهرست

مقدمه: قرآن و سبک زندگی

موضوع ۱: حیات بخشی دین

موضوع ۲: قرآن؛ راه خوشبختی

موضوع ۳: قرآن؛ پاسخ نیازها

موضوع ۴: قرآن؛ درمان بیماری‌ها

فصل اول: مهارت خودشناسی

موضوع ۵: کرامت و شرافت انسان

موضوع ۶: فلسفه زندگی انسان

موضوع ۷: نقطه اوج انسانی

موضوع ۸: نقطه فرود انسانی

فصل دوم: مهارت خداباوری

موضوع ۹: خدامحوری در همه زندگی

موضوع ۱۰: باور به علم الهی

موضوع ۱۱: باور به رحمت الهی

موضوع ۱۲: باور به عدالت الهی

موضوع ۱۳: خدادوستی

موضوع ۱۴: خدا ترسی

موضوع ۱۵: باور به حسابرسی دقیق اعمال

فصل سوم: مهارت الگوپذیری

موضوع ۱۶: الگوپذیری از پیامبر (ص)

موضوع ۱۷: الگوپذیری از اهل بیت (ع)

موضوع ۱۸: الگوپذیری از مؤمنان

فصل چهارم: مهارت دشمن شناسی

موضوع ۱۹: شیطان، دشمن آشکار انسان

موضوع ۲۰: مهم‌ترین راه‌های فریب شیطان

موضوع ۲۱: مهم‌ترین شیوه‌های فریب شیطان:

موضوع ۲۲: راه مقابله با شیطان

موضوع ۲۳: نفس اماره و سرکش؛ دشمن درونی انسان

موضوع ۲۴: دشمنان خارجی

موضوع ۲۵: منافقان داخلی

فصل پنجم: مهارت خودسازی

موضوع ۲۶: اهمیت خودسازی (ترکیه)

موضوع ۲۷: اولین گام خودسازی: تذکر و بیداری

موضوع ۲۸: دومین گام خودسازی: تصمیم و عزم راسخ (مشارطه):

موضوع ۲۹: سئمین گام خودسازی: کنترل و مراقبت (مراقبه):

موضوع ۳۰: چهارمین گام خودسازی: حسابرسی و نظارت (محاسبه):

فصل ششم: مهارت خودکنترلی

موضوع ۳۱: اهمیت تقوا و پرهیزکاری (مهار نفس)

موضوع ۳۲: معنا و گستره تقوا

موضوع ۳۳: آثار تقوا

موضوع ۳۴: ایجاد زمینه‌های تقوا و دروی از گناه

فصل هفتم: مهارت آرامش، رضامندی و شادکامی

موضوع ۳۵: یاد خدا

موضوع ۳۶: دینداری

موضوع ۳۷: یادآوری نعمت‌های الهی

موضوع ۳۸: زهد (دل نبستن به دنیا)

موضوع ۳۹: قناعت و چشم‌سیری (دوری از حرص و طمع)

موضوع ۴۰: رضامندی به خواست الهی

موضوع ۴۱: پرهیز از حسادت و کینه

موضوع ۴۲: آزادگی و عزت نفس (مناعت طبع)

موضوع ۴۳: مثبت اندیشی

موضوع ۴۴: نیکوکاری و مهرورزی

موضوع ۴۵: مدارا و سازگاری

موضوع ۴۶: توجه به تغذیه سالم (پرهیز از پر خوری)

موضوع ۴۷: توجه به پاکیزگی خود و محیط

موضوع ۴۸: توجه به شادی و تفریح مباح

فصل هشتم: مهارت موفقیت و حل مشکلات

موضوع ۴۹: بینش و واقع بینی صحیح

موضوع ۵۰: اخلاص و باور به هدایت و راه گشایی الهی

موضوع ۵۱: توکل

موضوع ۵۲: صبر و پایداری

موضوع ۵۳: مشورت

موضوع ۵۴: تفکر و اندیشه ورزی

موضوع ۵۵: دانایی و علم آموزی

موضوع ۵۶: کوشش و خستگی ناپذیری

موضوع ۵۷: دعا و اظهار نیاز به خداوند

فصل نهم: مهارت برادری و همدلی

موضوع ۵۸: ایثار و از خود گذشتگی

موضوع ۵۹: عطوفت و مهرورزی

موضوع ۶۰: احسان و نیکو کاری

موضوع ۶۱: دستگیری از نیازمندان (کار گشایی)

موضوع ۶۲: برادری با مؤمنان

فصل دهم: مهارت روابط مؤثر اجتماعی

موضوع ۶۳: رعایت حق الناس

موضوع ۶۴: پرهیز از مردم آزاری

موضوع ۶۵: حسن خلق (خوش رویی)

موضوع ۶۶: حسن خلق (خوش گویی)

موضوع ۶۷: حسن خلق (نرم خویی)

موضوع ۶۸: فرمانبری و قانون پذیری

موضوع ۶۹: رعایت ادب

موضوع ۷۰: همیاری و مشارکت اجتماعی

موضوع ۷۱: امانت داری و خوش عهدی

موضوع ۷۲: گذشت و کنترل خشم

موضوع ۷۳: محبت و مهربانی

موضوع ۷۴: تواضع و فروتنی

موضوع ۷۵: تذکر و خیرخواهی

موضوع ۷۶: پندپذیری

موضوع ۷۷: انصاف و عدالت محوری

موضوع ۷۸: خوش بینی و حفظ حریم خصوصی

فصل یازدهم: مهارت روابط مؤثر بین فردی

موضوع ۷۹: روابط با پدر و مادر

موضوع ۸۰: روابط با خویشاوندان

موضوع ۸۱: روابط با همسایگان

موضوع ۸۲: روابط با معلم

فصل دوازدهم: مهارت ارتباط مؤثر کلامی

موضوع ۸۳: اهمیت گفتار

موضوع ۸۴: دقت در محتوای گفتار

موضوع ۸۵: دقت در ظاهر گفتار

موضوع ۸۶: شناخت گناهان زبان

فصل سیزدهم: مهارت دوستی و هم نشینی

موضوع ۸۷: ویژگی های دوست نامناسب

موضوع ۸۸: ویژگی های دوست نامناسب

موضوع ۸۹: ویژگی های مجالس مناسب و نامناسب

موضوع ۹۰: آداب مهمانی و مجالست

فصل چهاردهم: مهارت همسر داری

موضوع ۹۱: وفاداری و غیرت

موضوع ۹۲: عفت و پاکدامنی

موضوع ۹۳: مهرورزی و محبت

موضوع ۹۴: خوش رفتاری با همسر

موضوع ۹۵: مسئولیت و تعهد متقابل

موضوع ۹۶: هم پوشانی زوجین نسبت به یکدیگر

موضوع ۹۷: سازش و گذشت

موضوع ۹۸: توجه به دین مداری خانواده

موضوع ۹۹: توجه به آسایش و رفاه یکدیگر

فصل پانزدهم: مهارت فرزندپروری

موضوع ۱۰۰: ارزش فرزندآوری

موضوع ۱۰۱: ارتباط عاطفی و خیرخواهانه

موضوع ۱۰۲: توجه به تربیت دینی

موضوع ۱۰۳: آموزش آداب . مهارت‌های زندگی

موضوع ۱۰۴: الگودهی به فرزندان

موضوع ۱۰۵: همدلی و همراهی در امور تربیتی

موضوع ۱۰۶: فراهم آوردن مقدمات ازدواج ساده و سالم

فصل شانزدهم: مهارت رفتار مناسب اقتصادی

موضوع ۱۰۷: باور به رازقیت خداوند

موضوع ۱۰۸: توجه به هدف عالی اقتصاد

موضوع ۱۰۹: تلاش برای کسب روزی

موضوع ۱۱۰: راههای افزایش روزی

موضوع ۱۱۱: شایسته‌سالاری (ارتقاء تعهد و تخصص)

موضوع ۱۱۲: دوری از مال حرام

موضوع ۱۱۳: اصلاح الگوی مصرف (مدیریت درآمد و هزینه)

موضوع ۱۱۴: کمک به پویایی اقتصاد

مقدمه: قرآن و سبک زندگی

قرآن کتاب هدایت است. این را می‌توان از همان آیات نخست سوره بقره دریافت نمود که می‌فرماید: «ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ؛ قرآن کتابی است که در آن گمانی راه نمی‌یابد و برای هدایت پرهیزگاران است.»

اما با نگاهی تند و گذرا در زندگی مردمان می‌توان به سادگی دریافت که قرآن در عمل، چنین نقشی را در زندگی بیشتری مردم ایفا نمی‌کند و بیش از آن که مفاهیم و آموزه‌های آن در زندگی مردمان نقش داشته باشد، تقدس و تبرک به آن مورد توجه بوده و یا هنرهای پیرامونی تلاوت آن گسترش یافته است.

در این مقدمه، با برخی ویژگی‌های قرآن کریم آشنا می‌شویم تا زمینه‌ای باشد برای تأسی و درک بیشتر این کتاب وحی.

موضوع ۱: حیات بخشی دین

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

هر کس از مرد و زن عمل شایسته کند و مؤمن باشد، به او زندگی نیکو می دهیم و پاداششان را بهتر از آنچه عمل می کرده اند، می دهیم.

(نحل، ۹۷)

همه ما برای رسیدن به زندگی بهتر و دلپذیرتر تلاش می کنیم. بسیاری از افراد شادکامی و سعادت را در رفاه مادی جستجو می کنند و برخی دیگر در سلطه جویی و قدرت و مقام. افراد زیادی هم هستند که عمر خود را در پی جلوه‌هایی چون زیبایی و دلفریبی و تن آسایی و شهرت و ... صرف می کنند. اما به راستی، تعریف خوشبختی چیست و چگونه می توان به آن دست یافت؟

روشن است که برای خوشبختی، باید اول معنای آن را فهمید. واقعیت این است که اندیشمندان و صاحب نظران متعددی درباره فلسفه و سبک زندگی انسان اظهار نظر کرده اند. طبیعتاً پیدا کردن نظر و عقیده درست از میان این همه سلاقی و عقاید مختلف، کار سختی است و چه بسا راه‌های اشتباه و آزمون و خطاها و افسوس فراوان همین دانشمندان را به همراه داشته باشد. به طور مثال، «ژان پل سارتر» فیلسوف مشهور فرانسوی، می گوید: «همه چیز کشف شده است؛ جز چگونه زیستن.» یا «تئودور پارکر»؛ نویسنده آمریکایی، می نویسد: «کاش دانسته بودم چگونه زندگی کنم یا کسی را یافته بودم که روش زندگی را به من بیاموزد.» ویکتور هوگو نیز می نویسد: «مُردن، ناگوارترین نیست؛ راه زندگی را ندانستن، ناگوارتر است.»

با این حال، چه باید کرد؟ آیا اساساً می توان به پاسخ درستی در این باره رسید؟ چه تضمینی وجود دارد که یافته‌های دیگران صحیح باشد؟ از کجا می توان مطمئن شد که ما زندگی و انسان بودن را درست شناخته ایم و چطور می توانیم آینده‌ای خوب برای خود و اطرافیانمان رقم بزنیم؟ اصلاً آینده چیست و تا کجا ادامه دارد؟ آیا با مرگ ما زندگی تمام می شود؟! مگر ما چند بار امکان زندگی کردن داریم که فرصت جبران اشتباهات خود را داشته باشیم؟!

باید پذیرفت که همان‌طور که اصل زندگی کردن و هستی در اختیار ما نبوده و نیست، فلسفه زندگی کردن و راه رسیدن به خوشبختی نیز در حیطه ادراک و شناخت محدود ما از جهان هستی نخواهد بود. به عبارت دیگر، راه صحیح زندگی پیچیده تر از آن است که به راحتی بشود آن را جستجو و تعریف کرد. به همین دلیل، برای جستجوی معنای زندگی و خوشبختی واقعی، باید سراغ کسی را گرفت که به ابعاد گوناگون و پیچیده زندگی انسان آگاهی کامل داشته باشد و او کسی نیست جز خداوند که آفریدگار انسان و دنیای پیرامون است و از مقصد تا مبدأ سفر آدمی را می داند؛ همو که بر هر چیز آگاه است و دست حکمت و تدبیرش در آفاق جهان ملموس و مشهود است.

اصلاً به همین دلیل است که بر خداوند لازم است تا با ما سخن بگوید و راه نشانمان دهد؛ چون ما هر چقدر هم دارای هوش و نبوغ علمی و تجربه و ... باشیم، باز دانش لازم را برای پیدا کردن چیزی که ماورای عالم عقول و درک بشری ماست، نداریم. دین هم برای همین آمده است؛ یعنی خوشبخت شدن ما. در آیه بالا نیز بر این نکته تأکید شده است.

متأسفانه نگاه بسیاری از مردم به دین ناقص و نارواست؛ دین نیامده تا ما را محدود کند؛ دست و پا گیر زندگی ما نیست؛ بلکه بال پرواز ما به آسمان سعادت است. به عبارت دیگر، خوشبختی جز با خداپرستی رقم نخواهد خورد.

هر وقت عالمی یا دانشمند و نویسنده و ساحر و شاعری توانست بدون اتصال به عالم غیب، سرنوشت انسان پس از مرگ را شرح دهد، حق دارد درباره زندگی او قبل از مرگ نیز نظریه پردازی کند. به جز او، هر کس که بخواهد درباره راه خوشبختی انسان نظر ارائه کند، گزافه‌ای بیش نگفته و جز سرابی را توصیف نکرده است؛ چراکه او نیز مانند خودمان، مسافری سردرگم در بیابان برهوت انتخاب‌ها و مکتب‌ها و ایده‌ها و راه‌هاست که خیال کامیابی و موفقیت فریض داده است. تأسف اینجاست که برخی از ظاهرگریان و کوتاه اندیشان نیز عصای خود را به دست کوری چون خود داده و به حرف‌های پرطمطراق و ادعاهای روشن‌مآبانه این افراد دلخوش کرده‌اند؛ غافل از آن که «خفتگان را خفته کی بیدار کرد؟»

زین در که دری دگر بیابد

بدبخت کسی که سر بتابد

موضوع ۲: قرآن؛ راه خوشبختی

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمٌ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا

همانا این قرآن [بندگان را] به راست‌تر و استوارترین طریقه هدایت می‌کند و اهل ایمان را که نیکوکار باشند به اجر و ثواب عظیم بشارت می‌دهد

(اسراء، ۹)

اگر لازم باشد تا راهی برای زندگی و خوشبختی انتخاب کنیم، بهتر است آن را در کلام خدا جستجو کنیم؛ کلامی که از زبان فرستاده او و اولیای برحقش صادر شده است. خداوند خوشبختی را در قرآنش به ما هدیه داده است. این بهترین و تنهاترین راه سعادت است. کافی است نگاهمان را به قرآن کمی اصلاح کنیم. هرچه نگاهمان به خدا و سخنانش، واقعی و کاربردی‌تر باشد، خوشبختی هم فاصله‌اش را با ما کم خواهد کرد.

خداوند در آیه ابتدایی سوره جن، از زبان برخی جنیان نقل می‌کند که آنان پس از شنیدن برخی آیات قرآن، بلافاصله پی به تأثیر شگرف آن برده و گفتند: «ما کلامی را شنیدیم که همه را به سوی رشد و تعالی هدایت می‌کند.» این توصیف بسیار زیبایی است از قرآن است.

آری، اگر کسی از عقل سالم و قلب سلیم بهره‌مند باشد، با شنیدن حتی یک آیه از قرآن، در حقانیت و هدایت‌گری آن لحظه‌ای تردید نمی‌کند. در سیره برخی مسلمانان راستین و عارفان نقل شده است که با شنیدن یک آیه و عمل به آن چنان منقلب شده‌اند که زندگی خود را دگرگون کرده‌اند. حیف است که دل‌های ما به این زیباترین جلوه رحمت و زیبایی خدا گره نخورد و لب‌های تشنه‌مان از این دریای جوشان و گوارای معرفت و حکمت سیراب نگردد:

در ضمیرش دیده‌ام آب حیات

برخور از قرآن اگر خواهی ثبات

اندر آیاتش یکی خود را بسوز

صد جهان باقی است در قرآن هنوز

قرآن کتابی است که سخن باطل در آن راه ندارد و از انحراف و کجی به دور است. قرآن بیدارکننده فطرت انسان به سوی خداست. از این رو، پیام آن با نیاز انسان هم‌خوانی دارد.

قرآن نوری است که در تاریکی‌های زمانه روشنگری می‌کند. ما به قرآن نیاز داریم؛ بالاتر از نیازمان به آب و غذا. برای اثبات این مطلب به این روایت توجه کنید. پیامبر گرامی اسلام (ص) خطاب به یاران خود فرمود: «من از فتنه‌های آخرالزمان بر شما می‌ترسم.» از آن حضرت پرسیدند: «راه برون رفت از این فتنه‌ها چیست؟» حضرت در پاسخ فرمود: «هنگامی که فتنه‌ها چون ابرهای متارکم در شب بسیار تاریک بر شما هجوم آوردند، به قرآن پناه ببرید؛ زیرا قرآن راه نجاتی از سوی خدا برای شما و پناهگاهی از دام شیطان است.»

بنا بر این حدیث، راه برون‌رفت از فتنه‌های متعدد و متنوع و عمیق این زمان، مراجعه و پناه بردن به قرآن است؛ از فتنه‌های اخلاقی مانند رواج دروغ و خیانت و بی‌حیایی و بی‌نزاکتی و غیره گرفته تا فتنه‌های اجتماعی چون اعتیاد و

بیکاری و طلاق و غیره و از فتنه‌های اقتصادی چون اختلاس و رشوه و حرام‌خوری و اسراف و غیره تا فتنه‌های سیاسی چون نفاق و فتنه و بی‌بصیرتی و غیره، همه و همه را می‌توان با قرآن درمان کرد.

اگر به دنبال آن هستید که قرآن را بیشتر از گذشته بشناسید، کافی است نگاهی به این فرمایش امیر مؤمنان علی(ع) بیندازید که فرمود: «بدانید کسی با داشتن قرآن به هیچ چیز نیاز ندارد و با نداشتن قرآن در هیچ چیز بی‌نیاز نیست.»

امام صادق(ع) نیز فرمود: «به درستی که خداوند متعال در قرآن برای هر چیز در قرآن بیان روشنی قرار داد تا جایی که به خدا سوگند! چیزی را باقی نگذاشت که بندگان به آن احتیاج داشته باشند؛ به گونه‌ای که مطلبی نیست که بنده‌ای بتواند عذرتراشی کرده و بگوید: اگر این مطلب در قرآن نازل شده بود [من به آن عمل می‌کردم.]»

بخوان قرآن که دل آرام گیرد بخوان تا جان زجانان جان بگیرد

بخوان تا راز خلقت را بخوانی ره ملک سعادت را بدانی

موضوع ۳: قرآن؛ پاسخ نیازها

وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تَبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ

و ما این کتاب را بر تو نازل کردیم که بیانگر همه چیز، و مایه هدایت و رحمت و بشارت برای مسلمانان است!

(نحل، ۸۹)

فرض کنیم به ما خبر می‌دادند که در چنین نسخه خطی از کتابی کشف شده است که در آن فرمول همه پیروزی‌های و موفقیت‌ها و کسب آرامش و شفای مریضی‌ها و ... آمده است؛ طوری که اگر آن را بخوانیم و عمل کنیم، دیگر هیچ مشکل و بحرانی ما را غافلگیر نمی‌کند. عباراتش بدیع و بسیار و تأثیرگذار و قصه‌هایش شنیدنی و عبرت‌آموز است. شگفتی‌های موجود در آن پایان‌ناپذیر است و هیچ‌گاه کهنه نمی‌گردد. در چنین فرضی، چقدر برای به دست آوردن آن و فهم آن کتاب هزینه می‌کردیم. چه جنگ‌ها که ممکن بود بر سر تصاحب آن کتاب میان انسان‌ها رخ دهد و چه خون‌ها که در این راه ریخته شود. این در حالی است که ما مسلمانان چنین کتابی را در اختیار داریم، ولی باز دست‌گذاری به سوی دیگران دراز می‌کنیم.

حقیقت این است که قرآن نه کتاب گذشته است تا تاریخ پیامبران و اعراب جاهلی باشد و نه کتاب آینده که توصیف آخرت و حساب و کتاب و بهشت و دوزخ؛ بلکه کتاب همین حالای همه ماست. قرآن، کتاب قبر نیست؛ کتاب قدر است. خدا در قرآن چگونه زیستن بیشتر و پیشتر از چگونه مردن به ما آموخته است. بسیاری از مشکلات ما با قرآن حل می‌شود. اشکال اینجاست که ما آن را باور نکرده‌ایم. باید نیاز به قرآن را در خود و جامعه ایجاد کنیم. با وجود قرآن، هم مشکلات فردی و هم نیازهای اجتماعی و اقتصادی برطرف می‌گردد. پیامبر گرامی اسلام (ص) فرمودند: «ای مردم! هر گاه فتنه‌های زیاد مانند پاره‌هایی از شب تار به شما روی آورد، به قرآن پناه ببرید»

حافظا در کنج فقر و خلوت شب‌های تار تا بود وردت دعا و درس قرآن غم مخور

هیچ کتابی در جهان به عظمت قرآن وجود ندارد. بسیاری از دانشمندان غربی و حتی مسیحی به بزرگی آن اعتراف کرده‌اند. ارنست رنان، فیلسوف معروف فرانسوی، می‌گوید: «در کتابخانه من هزاران جلد کتاب سیاسی، اجتماعی، ادبی و ... وجود دارد که هر کدام را بیش از یک بار نخوانده‌ام؛ اما یک جلد کتاب هست که همیشه مونس من است و هر وقت خسته می‌شوم و می‌خواهم درهایی از معانی و کمال به رویم باز شود، آن را مطالعه می‌کنم. این کتاب، قرآن - کتاب آسمانی مسلمانان - است.» هم چنین، شاعر و نویسنده معروف آلمانی، «گوته» می‌گوید: «سالیان دراز کشیشان از خدا بی‌خبر، ما را از پی بردن به حقایق قرآن مقدس و عظمت آورنده آن دور نگه داشتند؛ اما هر قدر که ما قدم در جاده علم و دانش نهادیم و پرده تعصب را دریدیم، عظمت احکام مقدس قرآن، بهت و حیرت عجیبی در ما ایجاد نمود.» اینها همه تنها بخشی از دیدگاه‌های دانشمندان غربی درباره قرآن است. افسوس که گاه می‌بینیم آنان قرآن را بهتر از ما شناخته‌اند. افسوس بر ما که قرآن را تنها زمزمه‌ای برای شروع جلسات مذهبی و یا تبرکی برای دوری از آفات خانه‌ها یافته‌ایم؟ آیا از این ظلم، بزرگ‌تر سراغ دارید؟! آیا قرآن کریم از ما شکایت نمی‌کند که چرا از من برای حل

مشکلات خود استفاده نمی‌کنید؟! آیا قلب پیامبر مهربانی‌ها از این همه دورماندن امتش از این یادگار گرانبهایش به درد نیامده است؟! آن قدر به سراغ نظرات و بافته‌های این و آن رفتیم که از گنج پنهان خانه خود غافل مانده‌ایم. اگر ما از انس با قرآن لذت نمی‌بریم و اگر آن را درمان مشکلاتمان نیافته‌ایم، به خاطر این است که قرآن را باور نکرده‌ایم. و به سخن آن حقیقتاً گوش نداده‌ایم. خداوند در آیه ۲۰۴ سوره اعراف می‌فرماید: «وَ إِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَ انصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ؛ هنگامی که قرآن خوانده شود، گوش فرا دهید و خاموش باشید؛ شاید مشمول رحمت خدا شوید.» معنای این آیه این است که اگر در موضوعی، سخنی از قرآن شنیدید، حرف‌ها و نظرات دیگران در آن موضوع را کنار گذاشته و فقط به نظر قرآن گوش فرا داده و با جان و دل بپذیرید.

عجب نبود گر از قرآن نصیبت نیست جز نقشی که از خورشید جز گرمی نیابد چشم نابینا
عروس حضرت قرآن نقاب آنکه براندازد که دارالملک ایمان را مجرد بیند از غوغا

موضوع ۴: قرآن؛ درمان بیماری‌ها

يا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْمُمُ مَوْعِظَةٌ مِّنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِّمَآ فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

ای مردم! اندرزی از سوی پروردگارتان برای شما آمده است؛ و درمانی برای آنچه در سینه‌هاست؛ [درمانی برای دل‌های شما] و هدایت و رحمتی است برای مؤمنان!

(یونس، ۵۷)

معجزه به معنای کار خارق‌العاده‌ای است که پیامبران به اذن خدا انجام می‌دادند و دیگران از انجام آن عاجز و درمانده بودند. فایده معجزه هم این بود که دیگران به پیامبران ایمان بیاورند. حضرت موسی (ع) عصایش تبدیل به اژدها می‌شد؛ حضرت عیسی (ع) مردگان را زنده می‌کرد؛ حضرت صالح (ع) ناقه شتری را از دل کوه زنده بیرون آورد و به همین ترتیب هر پیامبری معجزه مخصوص به خودش را داشت. همان‌گونه که می‌دانید معجزه خاص پیامبر ما نیز قرآن کریم است که وقتی نازل شد، همه را به حیرت و تعجب واداشت. اما سؤال این جاست که چه تفاوتی میان معجزه پیامبر ما با دیگر معجزه‌ها وجود دارد؟ به تعبیر دیگر، آیا فایده قرآن فقط اعجاز آن و اثبات نبوت حضرت محمد(ص) است؟

پاسخ این است که قرآن، گرچه پیامبری حضرت محمد(ص) را اثبات کرده و معجزه جاوید اوست؛ اما بر خلاف معجزات سایر انبیاء خودش دارای خصوصیتی است که در همه زمان‌ها مفید است. به عبارت دیگر، قرآن فقط برای این نازل نشده که ما به پیامبری یک فرد ایمان بیاوریم؛ بلکه قرآن علاوه بر اثبات نبوت، نقش ثابتی در همه زمان‌ها برای حل همه مشکلات ایفا می‌کند. این یعنی، قرآن کریم همه خواص اعجاز در همه زمان‌ها را دارد و هر کس به آن تمسک کند، می‌تواند کار اعجاز‌گونه کند. در حقیقت، قرآن کریم، علاوه بر معرفی پیامبر، به گونه‌ای پیامبرسازی نیز می‌کند. به این جمله حکیمانه و زیبا از مرحوم آیت الله بهجت (ره) توجه کنید: «قرآن کتابی است که پیغمبر ساز است؛ زیرا پیغمبران دو گونه اند: قسم اول، پیامبرانی هستند که از جانب خداوند به پیامبری تعیین شده اند. قسم دوم، پیغمبران کمالی، که در اثر ایمان و عمل به دستورات قرآن، به کمالات پیامبر نایل می‌گردند. بنابراین قرآن، پیغمبران کمالی تربیت می‌کند و پیغمبر ساز است.»

معنای این جمله این است که اگر فایده عصای حضرت موسی(ع)، اثبات پیامبری آن حضرت بود و بعد از آن جناب، چوب خشکی بود که به آن تبرک می‌شد، قرآن کریم این چنین معجزه‌ای نیست؛ بلکه همیشه خاصیت اعجازی خودش را دارد؛ گویی هر کس آن را با یقین و باور به دست بگیرد، کار همان عصای موسی(ع) و دم شفا بخش عیسی(ع) را می‌کند. ندای روح بخش قرآن سبب صفای روح و شفای بیماری و التیام دردهای روحی و غلبه بر دشمنان بیرونی است؛ رذایل اخلاقی را از او دور می‌سازد؛ مهرورزی و انسانیت را به جامعه تزریق کرده و درندگی و حرص و طمع را از آنان دور می‌سازد... و این همه، قطره‌ای از اقیانوس بیکران عظمت این کتاب وحی الهی است.

وقتی قرآن می خوانیم باید به دردها و درمان‌ها توجه کنیم. مطالعه سرسری قرآن کم‌اثر است. اگر کتاب پزشکی در دست گرفتید و آن را مثل رمان خواندید، به آن ظلم کرده‌اید. قرآن هم کتاب هدایت است. باید دقیق و با توجه خوانده شود؛ تفسیر شود و تطبیق و تدبیر در آن صورت بگیرد. آنان که در قرآن تدبیر نمی‌کنند، بویی از هدایت نبرده‌اند؛ حتی اگر قرآن بخوانند: «أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا؛ آیا آنها در قرآن تدبیر نمی‌کنند، یا بر دل‌هایشان قفل نهاده شده است؟» (محمد، ۲۴)

بنابراین فراموش نکنید که کارکرد اصلی و ذاتی قرآن، هدایتگری و انسان‌سازی است و علوم و مهارت‌های آموزشی چون روخوانی و تجوید و حفظ و تفسیر و ... فقط مقدمات آن را فراهم می‌کند و نباید خدای ناکرده توجه به آن، ما را از کارکرد اصلی قرآن محروم گرداند. اگر اثر قرآن در ما نیست؛ به‌خاطر عدم ابراز درد است. چون دردی نمی‌بینیم که به سراغ درمانش برویم:

چو درد در تو نبیند که را دوا بکند

طیبِ عشقِ مسیحا دم است و مشفق؛ لیک

فصل اول: مهارت خودشناسی

موضوع انسان شناسی، یکی از اصلی‌ترین مسائل اسلامی است که در قرآن و حدیث، از زاویه‌های گوناگون، مورد توجه قرار گرفته است؛ زیرا برنامه ریزی برای سعادت انسان، در صورتی موفق خواهد بود که بر پایه انسان شناسی از منظر آفریدگار جهان، استوار باشد. بی تردید انسان برای اینکه ظرفیت‌های وجودی خود را بشناسد و خود را به سعادت و کمال برساند، باید شئون وجودی خویش را درست و عمیق بشناسد و البته این کار بسیار دشوار است. امام علی (ع) فرمود: «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ؛ کسی که خود را بشناسد، خدایش را شناخته است.» معنای این حدیث این است که خودشناسی مقدمه خداشناسی است و حتماً به آن می‌رسد.

در این فصل، تلاش می‌کنیم تا کلیدی‌ترین آیات مربوط به مهارت خودشناسی را از دیدگاه قرآن کریم تبیین نماییم.

موضوع ۵: کرامت و شرافت انسان

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا

ما آدمی‌زادگان را گرامی داشتیم؛ و آن‌ها را در خشکی و دریا، (بر مرکب‌های راهوار) حمل کردیم؛ و از انواع روزی‌های پاکیزه به آنان روزی دادیم؛ و آن‌ها را بر بسیاری از موجوداتی که خلق کرده‌ایم، برتری بخشیدیم.

(اسراء، ۷۰)

شناخت انسان، نخستین گام در راه برنامه ریزی برای سعادت و کمال اوست و اگر بگوییم تمام ادیان آسمانی آمده‌اند تا ارزش انسان و حقیقت وجودی آن را شکوفا سازند، سخن به گزافه نگفته‌ایم.

بشر تاکنون تلاش‌های زیادی برای شناسایی خود کرده است؛ اما این مسئله همواره به صورت معمای در آمده که اندیشه بشر، با همه پیشرفت‌های اعجاب آمیزش، در حل آن، اظهار ناتوانی می کند. حقیقت این است که با وجود گنجینه‌هایی از مطالعات دانشمندان کالبدشناسی و شیمی و فیزیولوژی و روان شناسی و علم تربیت و تاریخ و جامعه شناسی و اقتصاد و فلسفه و عرفان و ... هستیم، هنوز جز به اطلاعاتی ناقص در مورد انسان، دسترس نداریم که آنها نیز زاینده روش‌های تحقیق ما هستند و حقیقت وجود ما در میان جمع اشباحی که از خود ساخته ایم، مجهول مانده است.

از ارسطو پرسیدند: «در زندگی دشوارترین کارها چیست؟» گفت: «اینکه انسان خود را بشناسد.» پرسیدند: «آسانترین کار چیست؟» گفت: «اینکه دیگری را نصیحت کند.»

حقیقت، این است که انسان، مجموعه پیچیده و مبهم و غیر قابل تفکیکی است که نمی‌توان آن را جز با راهنمایی آفریدگارش شناخت. برای شناخت انسان، باید به سراغ کسی رفت که انسان برای او موجودی شناخته شده است و او، آفریدگار انسان است. آری! تنها آفریدگار انسان است که حقیقت این موجود پیچیده را می‌شناسد و از همه رازها و نیازهای آن، آگاه است. «أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ؛ آیا آن کسی که موجودات را آفریده از حال آنها آگاه نیست؟! در حالی که او (از اسرار دقیق) با خبر و آگاه است؟!» (ملک، ۱۴)

در میان مخلوقات جهان، انسان از کرامت و شرافت بسیاری برخوردار است. خداوند هنگام یاد کردن از آفرینش انسان، خویشتن را با عبارت «فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» ستایش کرده تا بفهماند که این مخلوق گل سربدستی است. (مؤمنون، ۱۴) البته این شرافت، به رنگ پوست و میزان هوش و استعداد و زیبایی و قدرت او نیست؛ چون بی‌ارزش‌ترین نوع افتخار؛ افتخار به داشتن ویژگی‌هایی است که خود انسان در داشتنشان هیچ نقشی ندارد. پس این فضیلت وقتی است که انسان برخوردار از نعمت عقل و عشق باشد.

انسان موجودی است آمیخته از عقل و عاطفه یا عشق و اندیشه که هر دو در ساختن شخصیت او نقش مهم و بسزایی دارند. قرآن کریم در کنار عقل، به دل که کانون عواطف آدمی است، توجه دارد. بنابراین اگر بخواهیم شرافت و کرامت انسان را از سایر مخلوقات نمایان سازیم، باید از نیروی عقل و عشق در راه هدف صحیح زندگی بهره بگیریم؛ وگرنه تفاوتی میان ما و سایر جانداران نخواهد بود. از این رو، در بسیاری از آیات قرآن از واژه‌های مربوط به تعقل و تذکر برای شکوفایی بُعد انسانی بشر تأکید شده است.

آدمی را آدمیت لازم است عود را گر بو نباشد هیزم است

انسان موجودی است که توانایی دست یافتن به بسیاری کمالات را دارد. خداوند در نهاد انسان توانایی خودشناسی و بالندگی را نهاده و فرموده است: «يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهٖ؛ ای انسان، همانا تو به سوی پروردگارت سخت کوشایی. پس با او دیدار خواهی کرد.» (انشقاق، ۵)

انسان هم‌چنین موجودی صاحب اختیار است و مجموعه کارهایی که از وی سر می‌زند، به اختیار و اراده وی صورت می‌گیرد. در حقیقت رمز برتری انسان بر فرشتگان، در همین اختیار نهفته است؛ زیرا فرشتگان در خوب بودن خود مجبورند و از خود اختیاری ندارند، در حالی که انسان به واسطه تضاد نیروی خیر و شر در درونش، در انتخاب راه آزاد است و آن‌گاه که راه خیر را برمی‌گزیند، مقامش افزون از مقام فرشتگان می‌شود.

آدمی زاده طرفه معجونی است از فرشته سرشته و ز حیوان
گر رود سوی این، شود به از این ور رود سوی آن، شود پس از آن

موضوع ۶: فلسفه زندگی انسان

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

من جن و انس را نیافریدم جز برای اینکه عبادتم کنند (و از این راه تکامل یابند و به من نزدیک شوند)

(ذاریات، ۵۶)

روشن ترین حقایق در زندگی ما این سه مطلب است: ۱- من وجود دارم. ۲- خود به خود به وجود نیامده‌ام. ۳- آفرینش من سرانجامی دارد. این مطالب به قدری واضح است که نیازی به دلیل و برهان ندارد و هر وجدان آگاهی آن را می‌پذیرد. اگر این سه حقیقت را کنار هم بگذاریم، در می‌یابیم که زندگی ما دارای هدف و کمالی نیز هست و باید به دنبال آن باشیم.

انسان باید درک کند خدای قادر حکیم این همه امکانات را چرا در اختیار انسان قرار داده؟ و در واقع چرا به انسان اختیار و آزادی داده؟ و چرا این همه موجودات را در خدمت انسان قرار داده؟ با توجه به اینکه از حکیم کار لغو و بیهوده صادر نمی‌شود، مطالعه و بررسی این جهات به واقع می‌تواند زمینه رشد و توجه عمیق به خود را برای انسان فراهم سازد و آدمی را در مسیر صحیح قرار دهد و در غیر اینصورت این انسان تمام سرمایه‌های خود را به بهایی ناچیز خواهد فروخت و در این معامله بیش از همه ضرر و خسران خواهد نمود.

قرآن کریم، قله افتخار انسان را بندگی محض او می‌داند. از این رو، اگر بنده‌ای شایسته بالاترین درجه تقدیر باشد، او را مفتخر به صفت «عبد» می‌کند. آری، آن کس که خدا را شناخته باشد، عمرش را در راه بندگی او صرف کرده و از خود و خویشان غافل می‌شود.

فرزند و عیال و خانمان را چه کند

آن کس که تو را شناخت جان را چه کند

دیوانه تو هر دو جهان را چه کند

دیوانه کنی هر دو جهانش بخشی

در آیه بالا هدف از خلقت انسان، عبادت و بندگی خدا دانسته شده است. مقصود از عبادت خداوند، نهایت خضوع و فروتنی در برابر اوست. روشن است که خداوند متعال غنی و بی‌نیاز مطلق است و بازگشت هدف مذکور به ذات بی‌نیاز وی نیست؛ بلکه این انسان است که با خضوع و خشوع در برابر پروردگار به کمال خلقت خویش رسیده و به درگاه قرب او راه می‌یابد. به عبارت دیگر، این چنین نیست که خلقت جهان، سود و نتیجه‌ای برای خداوند به همراه داشته باشد؛ بلکه بازگشت این هدف به خود بندگان است یا به عبارتی گویاتر، عبادت و بندگی خدا، غرض و نتیجه‌ای است که عاید فعل خدا می‌شود؛ نه عاید فاعل که خود خدا باشد.

آنچه ما انسان‌ها را قادر می‌سازد از نظر روانی زندگی را با همه رنج‌ها و مصائب و سختی‌ها تحمل کنیم، همین احساس معنی‌دار بودن و هدف داشتن زندگی است. انسان‌های بی‌هدف فقط گمان می‌کنند که آزادتر عمل می‌کنند و هیچ قید و بندی ندارند. اتفاقاً آن‌ها اسیرترین موجودات کره زمین هستند؛ زیرا تا آخر عمر ابزار انسان‌های هدفمند خواهند شد.

ما آمدیم تا زندگی کنیم که قیمتی پیدا کنیم؛ نه اینکه به هر قیمتی زندگی کنیم.

قرآن زیان‌کارترین تجارت را آن می‌دند که فردی خودش را باخته باشد: «قُلْ إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ وَ أَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَلَا ذَلِكُمْ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ؛ بگو: «زیانکاران واقعی آنانند که سرمایه وجود خویش و بستگان‌شان را در روز قیامت از دست داده‌اند! آگاه باشید زیان آشکار همین است!» (زمر، ۱۵) پس ای انسان، مشتاقانه بنگر که به چه مقصود آمده‌ای؟ آنگاه با شوق عزم و عمل کن!! هر قدر مقصود والاتر باشد، مصمم‌تر خواهی شد، که با تعالی خود جهانی متعالی‌تر بسازی!!! بنگر ساعات عمرت را در چه به سر می‌بری؟ خودت را به بهای کم نفروش! بلند شو! تو دو بار به دنیا نمی‌آیی! تنها یک بار راه زندگی را خواهی رفت و یک بار زندگی را تجربه خواهی کرد.» این اخطار و گوش‌زد مهم و جدی، ما را بر آن می‌دارد که با دقتی شگرف، زندگی خود را شناخته و هدف از آن را بدانیم.

زندگی چقدر شگفت‌انگیز می‌شد، اگر فقط جواب این سوال را می‌دانستیم که با آن چه کار کنیم؟

موضوع ۷: نقطه اوج انسانی

وَ إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ
الدِّمَاءَ وَ نَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَ نُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ

(به خاطر بیاور) هنگامی را که پروردگارت به فرشتگان گفت: «من در روی زمین، جانشینی [نماینده‌ای] قرار خواهم داد.»
فرشتگان گفتند: «پروردگارا!» آیا کسی را در آن قرار می‌دهی که فساد و خونریزی کند؟! (زیرا موجودات زمینی دیگر، که
قبل از این آدم وجود داشتند نیز، به فساد و خونریزی آلوده شدند. اگر هدف از آفرینش این انسان، عبادت است،) ما تسبیح
و حمد تو را بجا می‌آوریم، و تو را تقدیس می‌کنیم.» پروردگار فرمود: «من حقایقی را می‌دانم که شما نمی‌دانید.»

(بقره، ۳۰)

بنا بر آیات قرآن کریم، انسان موجودی است دوبعدی. از یک سو ریشه در خاک دارد که همان جنبه مادی اوست و از
سوی دیگر رو به بارگاه اعلی و ربوبی دارد که جنبه باطنی یا بُعد معنوی انسان است. آیه بالا از ماجرای خلقت آدمی
پرده برداشته است. خداوند در این آیه از انسان کامل به خلیفه خود بر زمین یاد کرده و تاج افتخار بر سر او نهاده است.

خداوند در آغاز خلقت آدم، فرشتگان را از خلقت آدم آگاه نمود این مطلب برای فرشتگان که از اسرار خلقت آدم
اطلاع نداشتند سؤال‌انگیز بود و لذا در مقام سؤال بر آمدند و سخنانی گفتند که مفهومی این است که خدایا چرا در
روی زمین موجودی را خلق می‌کنی که فساد کند و خون بریزد اگر هدف این است که آن موجود تو را ستایش و
عبادت کند ما همگی این کار را انجام می‌دهیم. خداوند نخست به آن‌ها یک جواب اجمالی داد و آن اینکه: آنچه را
که من می‌دانم شما نمی‌دانید؛ یعنی شما از اسرار وجودی آدم خبر ندارید و نمی‌دانید که انسان دارای چه استعدادها و
لیاقت‌هایی است. سپس این ادعا را برایشان ثابت کرد و به آدم، اسرار عالم و موجودات را تعلیم داد و او به شایستگی همه
را دریافت؛ حال آنکه فرشتگان از درک واقعی این اسرار عاجز ماندند.

از این ماجرا می‌فهمیم که نهاد انسان شایستگی دارد تا از سویی در زمین فسادورزی کرده و از پست‌ترین جانداران باشد
و از سویی به حقایق باطنی عالم دست یافته و از بارگاه فرشتگان فراتر رود.

خداوند به وسیله فرستادگانش تلاش نموده تا انسان را به شناخت واقعی از خودش دعوت نماید. این دعوت هم به
صورت زبانی بوده است و هم به صورت عملی. به عبارت دیگر، خداوند فرشتگان را برای هدایت انسانها نفرستاد؛ بلکه
انسانهایی از جنس خودمان را که بالاترین مراتب انسانی رسیده‌اند، برای هدایت ما مبعوث کرد تا ما ارزش انسانیت را
در مقام عمل ببینیم.

انبیاء را حق پدید آورد از ابناء آدم تا تو ای آدم مقام ارزش خود را بدانی

آیات دیگری از قرآن نیز ما را به این مطلب راهنمایی می‌کند که تا چه اندازه مقام انسانیت، رفیع و بلندمرتبه است. در
یکی از این آیات، خداوند انسان را دارای امانت بزرگ الهی می‌داند که بر همه خلقت از این جهت برتری یافته است:

«إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا؛ ما امانت تعهد، تکلیف، و ولایت الهیة) را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه داشتیم، آن‌ها از حمل آن سر برتافتند، و از آن هراسیدند؛ اما انسان آن را بر دوش کشید؛ او بسیار ظالم و جاهل بود.» این امانت بزرگ الهی، همان ولایت و خلافت الهی است که بار تعهد و مسئولیت زیادی برای انسان دارد و به همین دلیل، در انتهای آیه خداوند انسان را بسیار ستمگر و نادان خوانده؛ چون اهمیت این امانت را ندانسته و با کوتاهی در آن ظلم زیادی به خود می‌کند.

آسمان بار امانت نتوانست کشید قرعه کار به نام من دیوانه زدند

البته دیگر موجودات جهان با وجود عظمت و بزرگی‌شان، امکان حمل خلافت الهی را نداشتند؛ چون استعدادهاى بالقوه در وجودشان نبود. تنها موجودی که قوس صعودی و نزولیش بی انتها است، و به طور نامحدود قادر به پرواز به سوی قله تکامل است، انسان است و چقدر باید نادان و ستمگر باشد اگر قدر این مقام و منزلت را ندانسته و خود را به پست‌ترین موجودات مبدل سازد.

رسد آدمی به جایی که به جز خدا نبیند بنگر که تا چه حد است مکان آدمیت
طیران مرغ دیدی تو ز پای‌بند شهوت به در آی تا ببینی طیران آدمیت

موضوع ۸: نقطه فرود انسانی

إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصَّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ

بدترین جنبندگان نزد خدا، افراد کر و لالی هستند که اندیشه نمی‌کنند

(انعام، ۲۲)

گفتیم که انسان دارای دو بعد روحانی و حیوانی است و برای پیمودن مسیر زندگی خود، هر دو قابلیت را در درون خود دارد. در گفتار پیشین با نقطه اوج انسانی آشنا شدیم. در این گفتار به این مطلب اشاره میشود که انسان تا چه حد می‌تواند نزول پیدا کرده و جایگاه خود را از دست بدهد.

قرآن در برخی آیات، به صفات مذموم و نکوهیده انسان اشاره می‌کند. انسان مذموم در نگاه قرآن دارای صفاتی چون ستم‌کاری، عجله و شتاب زدگی، تکبر، اهل جدل به ناحق، بخیل، نادان، ضعیف و ناتوان، ناامید و مأیوس، حریص و کم‌طاقت و بالأخره بسیار کافر است.

گفتیم که تفاوت میان انسان و حیوان در این است که انسان، جاننداری است که اندیشه‌ورز است و همین خردمندی و دانایی اوست که نسبت به دیگر موجودات جهان آفرینش به او برتری بخشیده است. در بسیاری از آیات قرآن از واژه‌های عقل، تدبیر و تفکر برای شکوفایی بُعد انسانی بشر تأکید شده است. خداوند آسمان و زمین را مسخر انسان ساخته تا به هدف و کمال انسانیت دست یابد. از آیه بالا نیز فهمیده می‌شود که ارزش انسان به خردورزی اوست و اگر آدمی تعقل نکند، بدترین موجود روی زمین می‌شود. حضرت علی علیه السلام فرمود: «بدترین جنبنده‌ها کسانی هستند که حق را می‌فهمند، ولی لجاجت کرده و کفر می‌ورزند»

اگر آدمی به چشم است و دهان و گوش و بینی

چه میان نقش دیوار و میان آدمیت

خور و خواب و خشم و شهوت؛ شغب است و جهل و ظلمت

در آیه دیگری از قرآن کریم می‌خوانیم: «وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنَّ وَالْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ؛ به یقین، گروه بسیاری از جن و انس را برای دوزخ آفریدیم؛ آن‌ها دل‌ها [عقل‌ها] بی دارند که با آن (اندیشه نمی‌کنند، و) نمی‌فهمند؛ و چشمانی که با آن نمی‌بینند؛ و گوشهایی که با آن نمی‌شنوند؛ آنها همچون چهارپایانند؛ بلکه گمراهتر! اینان همان غافلانند.» (اعراف، ۱۷۹)

در این آیه خداوند انسان را از چهارپایان نیز پست‌تر دانسته است. این تشبیه بسیار زیباست. برخی انسان‌ها از صبح تا شام چون چهارپایان می‌دوند و به فکر شکم و شهوت خود هستند. امام علی ع در نهج البلاغه درباره برخی افراد می‌فرماید: «یا همانند حیوانات پرواری می‌مانند که تنها به علف می‌اندیشند و یا حیوانات دیگری که در چراگاه‌ها رها شده‌اند و از این طرف و آن طرف خرده علفی بر می‌گیرند.» آری، نوع انسان‌ها در دنیا یا مرفهند و مثل گوسفندان پرواری می‌مانند

که پیوسته در حال خوردن هستند و یا نامرغه و محروماند که چون گوسفندان گرسنه در بیابانها دنبال آب و علف می گردند و هر دو گروه هدفشان جز شکم چیزی نیست. دریغ از ما اگر هم چنان سر به آخور فرورده و سرگرم خواب و خوراک و شهوت و ... باشیم.

سروش عالم غییم چه مزدها دادست
نشیمن تو نه این کنج محنت آبادست
ندانمت که در این دامگه چه افتادست

چه گویمت که به میخانه دوش مست و خراب
که ای بلندنظر شاهباز سدره نشین
تو را ز کنگره عرش می زنند صفیر

فصل دوم: مهارت خداباوری

ایمان و باور مذهبی، اصلی‌ترین نیاز بشر دانسته شده است. در حقیقت، زندگی هر کس بر اساس اعتقادات و باورهای درونی او شکل می‌گیرد؛ به طوری که گفته‌اند: «زندگی هر کس بازتاب کامل اعتقادات اوست.» از این رو، هنگامی که سخن از مهارت‌های زندگی یا سبک و چگونگی زیستن می‌شود، نمی‌توان و نباید از تأثیر عمیق باورها در این زمینه غافل شد.

قرآن کریم بارها و بارها از انسان‌ها دعوت کرده است تا به شناخت و جهان‌بینی صحیح و عقلانی رسیده و رابطه خود با منشأ خلقت و آفرینش را تعالی بخشند. بر این اساس، آیات فراوانی از قرآن کریم به خداباوری اختصاص یافته است. زندگی مؤمنان نیز زیر سایه ایمان و اعتقاد عمیق به حضور خداوند در متن زندگی و به عبارت دیگر، خداباوری است.

خداباوری جلوه‌های متعددی دارد: باور به قدرت و اراده خدا، باور به علم و احاطه خدا، باور به رحمت و مهرورزی خداوند بر بندگان، باور به رزاقیت و روزی رسانی خداوند، ایجاد رابطه دوستی با خداوند، ترس از مکر و عذاب خداوند و ... برخی از این جلوه‌ها را تشکیل می‌دهند. چنانچه هر کدام از این باورها در وجود انسان ریشه دوانده باشد، بدون تردید منشأ نگرش و رفتارهای بسیار مثبتی در زندگی انسان می‌گردد.

ما در این فصل، اشاره‌ای کوتاه به هر یک از این باورها و تأثیر هر یک بر خوشبختی انسان‌ها خواهیم داشت:

موضوع ۹: خدامحوری در همه زندگی

قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكَ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَنْ تَشَاءُ وَتُذِلُّ

مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

بگو خداوند! ای دارنده فرمانروایی! به هر کس بخواهی فرمانروایی می‌بخشی و از هر کس بخواهی فرمانروایی را باز می‌ستانی و هر کس را بخواهی گرامی می‌داری و هر کس را بخواهی خوار می‌گردانی؛ نیکی در کف توست بی‌گمان تو بر هر کاری توانایی.

(آل عمران، ۲۶)

اعتقاد به توحید زیربنای اصلی اعتقادات یک مسلمان را تشکیل می‌دهد. مقصود از توحید، این است که خداوند یکتا جهان را آفریده است. او منشأ همه کمالات و بهترین‌هاست و هیچ عیب و نقصی ندارد. به همین دلیل، از علم و قدرت بی‌پایان نیز برخوردار است و عالم را بر اساس حکمت و قدرت آفریده است. هم‌چنین هیچ رخدادی در عالم بدون اذن او صورت نمی‌گیرد. در پرتو اعتقاد به توحید، زندگی انسان در راستای هدف اصلی خود قرار گرفته و فرد به ساحل آرامش و سعادت‌مندی ابدی می‌رسد. برخی آثار توحید و خداباوری در زندگی انسان عبارت است از:

انسان مؤمن و خداباور، نسبت به کلیت نظام هستی و قوانین حاکم بر آن خوش‌بین می‌باشد:

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست.

انسان مؤمن و موحد، در برابر مشکلات سر خم نمی‌کند و به یاری و پشتیبانی خداوند دلگرم است.

هزار دشمنم ار می‌کنند قصد هلاک گرم تو دوستی از دشمنان ندارم باک

انسان موحد، دچار اضطراب و نگرانی و استرس برای از دست دادن لذت‌ها و خوشی‌ها نمی‌شود. عزت و ذلت را در دست خدا می‌بیند و برای به دست آوردن رفاه زودگذر، خود را نزد دیگران خوار و کوچک نمی‌کند.

عزیزی و خواری تو بخشی و بس عزیز تو خواری نبیند ز کس

فرد مؤمن با توکل و اعتماد به خدا و دل بستن به الطاف و عنایات او، هرگز یاس و ناامیدی را به دل خویش راه نمی‌دهد. دنیای او دنیای تبعیض و بی‌عدالتی و یأس و ناامیدی نیست؛ زیرا به حکمت و عدالت خداوند در پایان ایمان دارد.

نومید نیستم ز ترازوی عدل حق زان سر دهند هر چه ازین سر نداده‌اند

از نعمت‌هایش نهایت استفاده را می‌کند و به داشته‌های دیگران چشم ندوخته است و زیر بار منت دیگران نمی‌رود.

به نان خشک قناعت کنیم و جامه دلق که بار محنت خود به، که بار منت خلق

انسان موحد به هموعان خود با دیده احترام و محبت نگاه کرده و نه تنها به کسی ظلم و تعدی نمی‌کند؛ بلکه ایثار و از خود گذشتگی و دستگیری از نیازمندان را سرلوحه اعمال خود قرار می‌دهد؛ زیرا می‌داند که رضای خداوند در گرو رضایت بندگان و مخلوقات است.

تا خاطر بندگان نجویی

حاصل نشود رضای سلطان

با خلق خدای کن نکویی

خواهی که خدای بر تو بخشد

مفهوم آیه بالا این است که افراد با ایمان باید قدرت خداوند و تدبیر او را باور کنند و بدانند که عزت و ذلت و بلندی و پستی هر کس به دست خداست. این مهم‌ترین اثر خداآوری در زندگی مؤمنان می‌باشد.

متأسفانه بسیاری از ما نقش خداآوری در زندگی شخصی را کم و ناچیز می‌شماریم. وقتی خدا را بهتر بشناسیم و باور کنیم، زندگی آسان و شیرین‌تر خواهد شد.

خداوند برای هر کس همان قدر وجود دارد که باورش کرده باشد!

موضوع ۱۰: باور به علم الهی

وَ لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَ نَعَلَمُ مَا تُوَسَّوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَ نَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

ما انسان را آفریدیم و وسوسه‌های نفس او را می‌دانیم، و ما به او از رگ قلبش نزدیک‌تریم!

(قاف، ۱۶)

آیات متعددی از قرآن بندگان را به علم و احاطه خداوند بر اعمال آن‌ها متوجه می‌کند. کمتر صفحه‌ای در قرآن کریم می‌یابید که در آن، واژه علم و مشتقات مفهومی آن مثل «خبیر» و «بصیر» و «سمیع» و «شہید» و ... دیده نشود. دلیل این همه یادآوری درباره علم خداوند، آن است که توجه به آن آثار و کارکردهای فراوانی برای بندگان دارد. مثلاً: باعث می‌شود بسیاری از صفات نیکوی درونی مثل تواضع و فروتنی، انفاق و صدقه، گذشت و کنترل درونی خشم، عیب‌پوشانی خطای دیگران، صبر بر مشکلات، عفت و حیا، رعایت عدالت و ... در وجود انسان تقویت می‌شود؛ زیرا نیازی به اثبات آن برای دیگران ندارد. چه خوب گفته‌اند که:

بهترین ایمان آن است که معتقد باشی هر جا که هستی خدا هم هست.

هم‌چنین سبب درمان بسیاری از مشکلات روحی و روانی مثل نومیدی، افسردگی، فقر و مصیبت و ... را خواهد شد؛ زیرا فرد، حضور خداوند را نزد خود احساس می‌کند و می‌داند که گوش شنوا و چشم بینا و وجود مهربان و دلسوزی همواره در کنار او وجود دارد و او را درک می‌کند. آری:

تمام غصه‌های دنیا رو میشه با یک جمله تحمل کرد: خدایا می‌دانم که می‌بینی.

و نیز روحیه توکل و اعتماد و صبر را در وجود ما تقویت می‌کند. اگر به علم خدا باور داشته باشیم، می‌دانیم که پستی و بلندی‌های روزگار برای حکمت و مصلحتی است که خداوند به آن داناتر است و در نهایت به سود ماست. در میان مشکلات و سختی‌ها، هیچ وقت این جمله را فراموش نکن که:

خیالت راحت باشد، خدا حواسش به همه چیز زندگی هست.

علاوه بر این، موجب می‌شود تا فرد، خود را در محضر خدا ببیند؛ با میل و انگیزه بیشتری به کارهای نیک اقدام می‌کند و در مقابل، از گناهان اجتناب کند. اگر در اتاقی باشیم که دوربین مداربسته‌ای قرار داده اند و تمام رفتارهای ما را می‌بینند، مطمئناً از رفتارهای ناپسند دوری می‌کنیم. پس چرا در برابر چشمان بینای جهان‌افزین این چنین بی‌پروا و نترس گناه می‌کنیم. بیایید رفتارمان به گونه‌ای باشد که لااقل گویی دیگران ما را نظاره می‌کنند. امام جواد(ع) فرمود: «بدان که تو از چشم خدا پنهان نیستی؛ پس بنگر که چگونه هستی.» قرآن کریم می‌فرماید: «أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرِي»

بنابراین، یکی از اصلی‌ترین مؤلفه‌های سعادت و خوشبختی انسان در زندگی این است که خداوند را همواره در متن زندگی خود احساس کند و بداند که خدا او را می‌بیند، سخنش را می‌شنود، صفات و رفتار او را ثبت و ضبط می‌کند و همیشه با اوست. مفهوم آیه بالا بر همین نکته تأکید می‌کند.

یار نزدیک‌تر از من به من است وین عجب بین که من از وی دورم

موضوع ۱۱: باور به رحمت الهی

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ اسرفوا على انفسهم لا تقنطوا من رحمة الله ان الله يغفر الذنوب جميعا انه هو

الغفور الرحيم

بگو: ای بندگان من که [با ارتکاب گناه] بر خود تجاوز کار بوده‌اید! از رحمت خدا نومید نشوید، یقیناً خدا همه گناهان را می‌آمرزد؛ زیرا او بسیار آمرزنده و مهربان است

(زمر/۵۳)

« بزرگترین بلا، ناامیدی است. » این سخن حکیمانه، از امام علی (ع) نقل شده و به خوبی، نشان‌دهنده اهمیت امید و باور به رحمت الهی در زندگی است. در این مطلب هیچ تردیدی نیست که اگر باور به رحمت و مهرورزی خداوند را از زندگی خود حذف کنیم، بلافاصله باید درهای یأس و نومیدی و دنیاطلبی محض و قدرت‌مندی و حسادت و بسیاری از بدی‌ها را به روی خود باز کنیم. این باور به رحمت و مهربانی خداست که:

- احساس خودباوری و قدردانی نعمت‌ها را در وجود ما تقویت می‌کند؛
- حس دوستی و محبت خدا و بندگانش را در وجود ما افزایش می‌دهد؛
- در مواقع شکست و گناه، به ما انگیزه توبه و شروع دوباره در زندگی می‌دهد؛
- قناعت و رضایتمندی را برای به ارمغان آورده و حسادت و طمع به داشته‌های دیگران را از بین می‌برد؛
- بندگی خدا و انجام تکالیف را برای ما شیرین و دلپذیر می‌سازد.

آیه بالا یکی از امیدبخش‌ترین آیات قرآن است که خداوند به پیامبرش دستور می‌دهد تا بندگان را به رحمت و مهرورزی خداوند امیدوار سازد.

چند جمله با خدا:

پروردگارا! مرا ببخش که هنوز مهر تو را باور نکرده‌ام. وای بر من! اگر کسی کوچک‌ترین خدمتی به من کند، تلاش می‌کنم تا از او سپاسگزاری کرده و جبران کنم، ولی این همه مهربانی و رحمت تو را ندیده‌ام. چگونه است که عشق و مهربانی مادر یا همسر یا دوست را پذیرفته‌ام، ولی باور نکرده‌ام که خدا مهربان‌تر از مادر است و حتی جهنم او برای لطف و رحمت به بندگان است؟

خشم نامی از نشانی‌های اوست

حالتی از مهربانی‌های اوست

قهر او از آشتی، شیرین‌تر است

مثل قهر مهربان مادر است

مهربانا! از اینکه مرا می‌بینی و لحظه‌های غفلت مرا مشاهده می‌کنی، شرمنده‌ام. اگر تو یاری‌ام نکنی، چگونه از این منجلاب بی‌خبری نجات پیدا کنم. خدایا، لطف کن و دوباره به سوی من برگرد تا توفیق بازگشت به سمت تو نصیبم شود.

لنگر حلم تو ای کشتی توفیق کجاست که در این بحر کرم غرق گناه آمده‌ایم
بارالها! عدالت مرا به هراس انداخته و کرم و مهربانی‌ات مرا به طمع کشانده است. چه نیکوست که سر و کار من با تو افتاده است. از تو به سوی خودت فرار می‌کنم.

اگر چه بیشتر از هر کسی گنه‌کارم ولیک عفو تو بالاتر از گناه من است.
یک عمر گنه کردم و شرمنده که در حشر شایان گذشت تو مرا نیست گناهی
معبود من! تو همان «گمشده متحیران» هستی! همان «یگانه محبوب پرهیزکاران»؛ «فریادرس بی‌پناهان» و «ولی» و سرپرست مؤمنان. عالمان، تو را «پروردگار جهانیان» می‌خوانند و عارفان «منتهای شوق‌شان» را در فنای تو طلب می‌کنند. ما گناهکاران، ولی، در این میانه به صرافت افتاده‌ایم که تورا چگونه خطاب کنیم؛ غافل از آنکه تو خود بهترین اوصاف را برای ما کنار گذاشته‌ای. تو را با تمام وجودت صدا می‌زنم: «ای، مهربان‌ترین مهربانان».

تو مگو ما را بر آن شه بار نیست با کریمان کارها دشوار نیست
نصیب ماست بهشت ای خداشناس برو که مستحق کرامت گناهکارانند

موضوع ۱۲: باور به عدالت الهی

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ (۷) وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ

و هرکس هم وزن ذره‌ای خوبی کند، آن خوبی را ببیند (۷) و هرکس هم وزن ذره‌ای بدی کند، آن بدی را ببیند

(زلزال)

بهترین تعریف عدل همان است که امام علی (ع) در کلماتشان به آن اشاره کرده اند: «عدل هر چیزی را در جایگاه ویژه خود قرار می‌دهد». بنابراین عدل به معنای تساوی و برابری نیست؛ بلکه به معنای قرار دادن هر چیزی در جایگاه شایسته خودش است. بنابراین، معنای اجمالی «عدل الهی» آن است که خداوند با هر موجودی، آن چنان که شایسته آن است، رفتار کند.

عدالت خدا را باید در چند مقام و جایگاه در نظر گرفت:

الف - **عدل تکوینی**: سرپای جهان خلقت بر اساس عدل و داد و در راستای هدف مشخص آفریده شده و تعادل و توازن در ترکیب اجزای آن رعایت شده است: «وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ» (الرحمن، ۷)

ب - **عدل تشریحی**: فرامین خداوند هم به مصلحت بندگان است؛ یعنی خدا به کارهای خوب و موافق فطرت انسان امر می‌کند: «قُلْ أَمَرَ رَبِّي بِالْقِسْطِ» (اعراف، ۲۹) و هم بر اساس توانایی‌های مکلفین است و تکلیف بیش از طاقت نمی‌کند: «لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا» (بقره، ۲۸۶) و هم زمینه‌های عمل به تکالیف فراهم است و خداوند عقاب بدون بیان نمی‌کند: «وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّى نَبْعَثَ رَسُولًا» (اسراء، ۱۵)

ج - **عدل قضایی و جزایی**: در روز واپسین بر اساس عدل و دادگری میان مردم داوری و به آنان پاداش و جزا داده می‌شود. «وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا» (انبیاء، ۴۷)

قرآن کریم با صراحت هر چه تمام، هر گونه ظلم و ستم را از ساحت مقدس خدای متعال نفی می‌کند. خداوند ظلم نمی‌کند؛ چون اصولاً ظلم و ستم از عوامل زیر ناشی می‌شود: ناآگاهی به ظلم بودن چیزی؛ نادانی نسبت به زشتی ظلم؛ احتیاج و نیاز به انجام آن ظلم؛ مجبور بودن در انجام ظلم؛ انجام ظلم از روی تفریح و هوس.

هیچ یک از این عوامل در خداوند وجود ندارد. او هم عالم مطلق است (پس مورد اول و دوم منتفی شد.) و هم بی نیاز و قادر مطلق است (مورد سوم و چهارم رد شد.) و هم حکیم است و کار بیهوده نمی‌کند (مورد پنجم هم نفی شد.) وقتی هیچ یک از عوامل صدور ظلم در مورد خداوند معقول نیست، بنابراین تصور ارتکاب ظلم از ذات خداوند متعال منتفی می‌شود.

باور به عدالت خداوند سبب می‌شود تا توهین‌ها، تهمت‌ها، محروم‌کردن‌ها، تحقیر کردن‌ها و... از انسان رخت بر می‌بندد و توجه بیشتری به ارزش و اعتبار انسان‌ها می‌شود؛ زیرا دانسته می‌شود قدرتی پرتوان‌تر به فریادرسی این آدمی خواهد شتافت و انتقام آنان را در دنیا یا آخرت خواهد گرفت.

نیست در دایره یک نقطه خلاف از کم و بیش که من این مساله بی چون و چرا می بینم

موضوع ۱۳: خدادوستی

وَمِنَ النَّاسِ مَن يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْدَادًا يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ...

بعضی از مردم، معبودهایی غیر از خداوند برای خود انتخاب می‌کنند؛ و آنها را همچون خدا دوست می‌دارند. اما آنها که ایمان دارند، عشقشان به خدا، (از مشرکان نسبت به معبودهایشان)، شدیدتر است.

(بقره، ۱۶۵)

محبت و دوستی یکی از اصلی‌ترین نیازهای فطری بشر و محرک واقعی برای امید و حرکت به سمت رشد و کمال اوست. تا جایی که برخی، اساس و بنیاد خلقت را بر اساس محبت دانسته‌اند:

از صدای سخن عشق ندیدم خوشتر یادگاری که در این گنبد دوار بماند

قرآن کریم نیز یکی از نشانه‌های ایمان را «توحید در محبت» می‌داند. مقصود از این اصطلاح، آن است که فرد هیچ کس و هیچ چیز را مقدم یا در کنار خداوند دوست نداشته باشد. (توبه، ۲۴) دلیل این امر هم روشن است؛ چون محبت به هر چیز یا کسی تعلق بگیرد، دل‌بستگی و پیروی از آن را به همراه خواهد داشت. درباره خدادوستی چند نکته را باید مد نظر داشت:

۱. محبت و عشق به هر چیز یا هر کس دیگر، اگر در کنار محبت به خدا و یا مقدم بر او باشد، نوعی شرک به حساب می‌آید و پذیرفتنی نیست. قرآن کریم در این باره تعبیر زیبایی دارد: «ما جعل الله لرجل من فلین فی جوفه؛ خداوند در سینه هر کس، دو قلب جای نداده است.» امام صادق علیه السلام نیز می‌فرماید: «ایمان انسان به خدا ناب و خالص نباشد؛ مگر آن که خداوند را از خودش و پدر و مادر و فرزند و زن و مالش و از همه مردم بیشتر دوست بدارد...»

دویی به مذهب فرمانبران عشق خطاست خدا یکی و محبت یکی و یار یکی

۲. محبت به غیر خدا - از انبیاء و اولیاء و ائمه گرفته تا انسان‌های دیگر مثل پدر و مادر و همسر و فرزند و ... یا حتی چیزهایی مانند طبیعت و علم و شعر و غیره - اگر در راستای محبت به خدا باشد؛ یعنی سبب کاهش یا غفلت از محبت خدا نگردد، اشکال ندارد؛ بلکه گاهی پسندیده و مورد سفارش نیز هست.

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست.

۳. ارزش هر کس به آن چیزی که در ذهن دارد و به آن عشق می‌ورزد. اولیاء الهی جز به محبوب و معبود خویش نمی‌اندیشند و جذبه شوق وصال به محبوب آنان را بی‌قرار ساخته و از صمیم جان خود می‌گویند: «أَسْتَغْفِرُكَ مِنْ كُلِّ لَذَّةٍ بِغَيْرِ ذِكْرِكَ»

دمی بی یاد او گر می‌گذارد از آن دم بی‌شمار «استغفرالله»

بزرگی می‌گفت: دل‌های ما غالباً یا اصطبل اسب و الاغ است، یا گاراژ ماشین! تو هم نگاه کن که در قلب خود چه جای داده‌ای و چه اسمی می‌توانی برای دلت بگذاری!؟

ده بود آن نه دل که اندر وی گاو و خر باشد و ضیاع و عقار

۴. ناگفته پیداست که عشق و محبت خداوند بر بندگانش بسیار زیاد است. خداوند در حدیث قدسی این چنین فرموده است: «لَوْ عَلِمَ الْمُدْبِرُونَ عَنِّي كَيْفَ اشْتِيَاقِي بِهِمْ وَانْتِظَارِي إِلَيْهِمْ لَمَاتُوا شَوْقًا إِلَيَّ؛ اگر گناهکاران، که با گناه کردن به من پشت کردند، می دانستند که چقدر دوست شان دارم و چه اشتیاقی به آنها دارم و منتظر بازگشت آنان هستم، از شوق جان می دادند.» آری، این رشته عشق و محبت اوست که در تار و پود خلقت آدمی گنجانده شده و بر کالبد او دمیده شده است.

تا که از جانب معشوق نباشد کششی کوشش عاشق بیچاره به جایی نرسد

موضوع ۱۴: خداترسی

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ (۴۰) فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ (۴۱)

و آن کس که از مقام پروردگارش ترسان باشد و نفس را از هوی بازدارد * قطعاً بهشت جایگاه اوست!

[نازعات]

قرآن کریم بر خداترسی و حیا به‌ویژه در برابر خدا، به عنوان یکی از مهم‌ترین ویژگی‌ها و صفات پسندیده مؤمنان تأکید بسیار کرده است و آن را منشأ تقوا و پرهیزکاری دانسته است. حقیقت این است که اگر روحیه خداترسی را از زندگی یک فرد بگیریم، دیگر امیدی به هدایت او نیست. این روحیه خداترسی است که عامل اصلی بازدارنده انسان از گناهان است. در حدیثی از پیامبر گرامی اسلام (ص) نقل شده که: «اگر از خدا حیا نمی‌کنی، هر کار می‌خواهی بکن. إِذَا لَمْ تَسْتَحْيَ، فَاصْنَعْ مَا شِئْتَ.»

خدا ترس را کارساز است بخت بود ناخدا ترس را کار سخت

در محاورات روزمره هم به این مطلب اعتقاد داریم که نباید پرده‌های حیا میان زن و شوهر یا پسر و پدر دریده شود؛ زیرا در این صورت دیگر نمی‌توان آن را اصلاح کرد. در خصوص ارتباط با خداوند هم این چنین است. گناه پرده حیا در برابر او را پاره می‌کند و به تدریج آن را عادی می‌کند.

بی‌حیایی و عدم ترس از خدا موجب گشته تا برخی از انسان‌ها به راحتی به دیگران تهمت بزنند و فریب کاری کنند. دروغ را نه حتی در مقیاس کوچک؛ بلکه در کل جامعه ترویج دهند و آبروی کسی را ببرند یا ناموس او را در معرض نمایش قرار دهند. فضای مجازی را حریم شخصی و اختیاری خود بدانند که در آن هر چه خواستند بگویند و ببینند و برایشان فراقی نکند که حلال باشد یا حرام؛ گویا دیگر چیزی و کسی جلودارشان نیست. اینان از حریم بندگی خدا درآمده و به خلدنگ شیطان خو کرده‌اند. گویی این عده خدا را فقط روزی‌رسان و خالق می‌دانند و نقش دیگری برای او قائل نیستند؛ بلکه برخی ادعای دینداری هم می‌کنند، ولی از خدا در زندگی‌شان خبری نیست. آلبر کامو نویسنده مشهور فرانسوی در این زمینه می‌نویسد: «ترجیح می‌دهم طوری زندگی کنم که گویی خدا هست؛ حتی اگر پس از مرگ بفهمم که نیست؛ تا اینکه طوری زندگی کنم که انگار خدا نیست و پس از مرگ بفهمم که هست!»

قرآن کریم چه خوب گفته است که اگر کسی حتی گمان وقوع روز قیامت و جزا را داشته باشد، احتیاط کرده و این چنین بی‌پروایی نمی‌کند. (أَلَا يَتُظَنُّ أَوْلِيكَ أَتَاهُمْ مَبْعُوثُونَ) آیا این حقیقت ندارد که حیا گمشده امروز بشریت است.

روایت زیبایی از پیامبر گرامی اسلام (ص) نقل شده است که فرمودند: «در روز قیامت برخی از افراد امت من همچون پرندگان بر فراز آدَمیان به پرواز درآمده و به سوی بهشت حرکت می‌کنند و از نعمت‌های آن بهره‌مند می‌شوند. فرشتگان به آنان می‌گویند: آیا شما حسابرسی شدید؟» پاسخ می‌دهند: «خیر» دوباره می‌پرسند: «آیا از پل صراط عبور کردید؟» می‌گویند: «ما چنین چیزی ندیدیم.» ملائکه از فرط تعجب سؤال می‌کنند: «شما در دنیا چه کرده اید که این

مقام به شما داده شد؟» آنان در پاسخ می‌گویند: «دو خصلت در وجود ما قرار داشت که خدا به ما عطا کرده بود: اول اینکه وقتی در خلوت قرار می‌گرفتیم، از خدا حیا می‌کردیم و گناه نمی‌کردیم. دوم اینکه به آنچه خدا داده بود - هر چند اندک - راضی بودیم.» فهم این روایت وقتی دقیق‌تر می‌شود که اقسام حسابرسی روز قیامت و سختی آن را از نگاه قرآن کریم دریابیم.

یکی از چیزهایی که درباره خدا ترسی باید مورد توجه باشد، همگامی علم و معرفت با خشیت و خوف الهی است؛ به گونه‌ای که هر چقدر درک و دانش یک فرد بیشتر باشد، وجود خویش را ناچیز شمرده و عظمت آفریدگار جهانیان را بهتر درک می‌کند. امام صادق می‌فرماید: «الْخَشْيَةُ مِيرَاثُ الْعِلْمِ: خشیت، میراث دانش است.» این مطلب در قرآن کریم نیز مورد توجه قرار گرفته است: «إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ؛ از میان بندگان خدا، تنها دانشمندان از او می‌ترسند.» (فاطر، ۲۸)

این نکته نیز ناگفته پیداست که مفهوم خشیت از خداوند، نباید به یأس و ناامیدی و قطع ارتباط بنده با خداوند منجر شود؛ بلکه مؤمن باید همواره نسبت به خداوند خود رادر حالت بیم و امید قرار دهد:

میان خوف و رجا حالتی است عارف را که خنده در دهن و گریه در گلو دارد

موضوع ۱۵: باور به حسابرسی دقیق اعمال

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ (۷) وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ

و هرکس هم‌وزن ذره‌ای خوبی کند، آن خوبی را ببیند (۷) و هرکس هم‌وزن ذره‌ای بدی کند، آن بدی را ببیند

(زلزال)

در روز قیامت ترازوهای عدالت نهاده می‌شود تا با نهایت دقت و دادگری اعمال بندگان سنجیده و محاسبه شود: «و نَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَ إِنْ كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَ كَفَىٰ بِنَاسٍ حَاسِبِينَ؛ ما ترازوهای عدل را در روز قیامت برپا می‌کنیم؛ پس به هیچ کس کمترین ستمی نمی‌شود؛ و اگر به مقدار سنگینی یک دانه خردل (کار نیک و بدی) باشد، ما آن را حاضر می‌کنیم؛ و کافی است که ما حساب‌کننده باشیم!» (انبیاء، ۴۷)

«القسط» در این جا صفت برای «الموازن» است؛ یعنی ترازوهایی که اساساً عین عدالت هستند؛ نه حتی این که مطابق عدالت باشند. این تعبیر گویای قضاوت بسیار عادلانه خداوند در روز قیامت است. در آن روز به هیچ کس ظلم و ستم نمی‌شود و اعمال آدمی - حتی اگر به اندازه خردل (تخم سیاه دانه) کوچک و ناچیز باشد، محاسبه می‌شود.

در آن روز، نامه اعمال مؤمنان به دست راستشان و نامه اعمال مجرمان از پشت سر به دست چپشان داده خواهد شد. این خود کرامتی برای مؤمنان و تحقیری برای کافران است. مجرمان هنگامی که نامه اعمالشان را می‌بینند، با شگفتی می‌گویند که این چه کتابی است که ریز و درشت رفتارشان را ثبت نموده است؟! اعمال آنان در مقابل دیدگانشان حاضر می‌شود و توانایی کتمان آن را ندارند: «و وَضِعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرِمِينَ مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَا وَيْلَتَنَا مَا لِهَذَا الْكِتَابِ لَا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَ وَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَ لَا يَظْلُمُ رَبُّكَ أَحَدًا» (کهف، ۴۹)

به قطره قطره حرامت عذاب خواهد بود به ذره ذره حلال حساب خواهد بود

امام صادق فرمود: «انسان، اعمال خویش را در پرونده خود چنان واضح می‌بیند که گویی همان ساعت آن را مرتکب شده است.»

به راستی ایمان عمیق به محتوای این آیات کافی است که انسان را در مسیر حق وادارد و از هر گونه شر و فساد بازدارد، لذا در حدیثی آمده است که مردی خدمت پیغمبر اکرم (ص) آمد درخواست کرد: «از آنچه خداوند به تو تعلیم داده به من بیاموز.» پیغمبر اکرم (ص) او را به مردی از یارانش سپرد، تا قرآن به او تعلیم کند، و او سوره زلزال را تا به آخر به او تعلیم داد، آن مرد از جا برخاست و گفت: «همین مرا کافی است.» پیامبر اکرم (ص) فرمود: «او با همین آیه مرد فقیه و دین‌شناس عمیقی شد!»

دلیل این سخن پیامبر این است که اگر کسی بداند که اعمالش حتی به اندازه یک ذره مورد محاسبه قرار می‌گیرد، رفتارهای خود را کنترل کرده و به محاسبه و مراقبه اعمال خود می‌پردازد.

کدام دانه فرورفت در زمین که نرسد چرا به دانه انسانیت این گمان باشد

فصل سوم: مهارت الگوپذیری

فرض کنید کسی برای اولین بار راه میانبر و آسانی را برای مسیر پر پیچ و خم و مقصد دوردستی پیدا کرده و طی می‌کند. او در طول مسیر علامت‌هایی می‌گذارد تا دیگران هم که به دنبال مقصد هستند، از همان راه میانبر و آسان بیایند. حال اگر وی این راه را تا مقصد نمی‌رفت، اصلاً دیگران از آن اطلاعی نداشتند. برای همین است که می‌گویند: «راه با رونده آن معنا پیدا می‌کند.» در زندگی نیز همین‌طور است. راه زندگی و کمال انسانی وقتی به درستی معنا می‌شود که برخی انسان‌ها آن را رفته باشند و به مقصد رسیده باشند تا دیگران از همان مسیر حرکت کنند. به همین دلیل است که ما نیاز به راهبر و الگو داریم.

قرآن کریم، الگوهای مناسبی را برای حیطه‌های مختلف زندگی ما ترسیم کرده و برخی افراد را نیز نمونه و الگوی مطلق درستی و نیکی دانسته است. پیامبران، اوصیاء، شهداء و صالحان کسانی هستند که ما در آیه

موضوع ۱۶: الگوپذیری از پیامبر(ص)

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

مسئلاً برای شما در زندگی رسول خدا سرمشق نیکویی بود، برای آنها که امید به رحمت خدا و روز رستاخیز دارند و خدا را بسیار یاد می‌کنند.

(احزاب، ۲۱)

مسئله انتخاب الگو به قدری مهم است که خداوند پس از ذکر نام چند پیامبر، به پیامبرش دستور می‌دهد به هدایت آنان اقتدا کند: «فَبِهْدَاهُمُ اقْتَدِهْ؛ پس به هدایت آنان اقتدا کن.» (انعام ۹۰) پس چگونه است برای پیمودن مسیر سخت و دشوار سعادت بر عقل و تجربه ناقص خود تکیه می‌کنیم؟!

طی این مرحله بی‌همراهی خضر مکن ظلمات است بترس از خطر گمراهی

آیه فوق به خوبی نشان می‌دهد که هر کس در پی سعادت ابدی در تمام جهات و رفتارهاست، پیغمبر اکرم(ص) بهترین الگوی زندگانی وی می‌تواند باشد. قرآن کریم با وجود تأکید بر بشر بودن پیامبر(ص)، خوی وی را ملکوتی دانسته و او را دارای والاترین ملکات نفسانی و پسندیده می‌داند: «وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ».

آن حضرت را خداوند خود تربیت کرده و برای به کمال رساندن مکارم اخلاقی مبعوث داشته است تا معلم سعادت بشریت گردد. امام صادق فرمود: «خداوند پیامبر را تأدیب نمود و آن را به کمال رسانید و چون آن حضرت به کمال ادب رسید، فرمود: تو بر سجایای اخلاقی بزرگی قرار داری.»

نگار من که به مکتب نرفت و خط نوشت به غمزه مسئله آموز صد مدرس شد

سجایای اخلاقی رسول گرامی اسلام(ص) فراتر از آن است که در این مختصر بیان گردد؛ چه اینکه درک عاجز و قلم نارسای ما را به ذکر صفات پسندیده و مقام والای آن انسان کامل هیچ راهی نیست و به درستی باید گفت:

هزار بار بشستم دهان به مشک و گلاب هنوز نام تو بردن کمال بی‌ادبی است

از این رو، به تماشای توصیف گوشه‌ای از شمایل نیکوی آن حضرت از زبان امیر متقیان علی(ع) می‌نشینیم: «پیغمبر سخی‌ترین مردم از نظر انفاق، شجاعترین مردم، راستگوترین مردم، وفاکننده‌ترین آنان به وعده، و نرم‌ترین آنها از نظر خوی و بزرگواری‌ترین آنها از نظر برخورد بود، هر کس در ابتدا او را می‌دید، ابهتش او را می‌گرفت، و کسی که با او برخورد داشت و او را می‌شناخت به او عشق می‌ورزید، هرگز مانند او را قبل و بعد از او ندیدم.»

کتاب فضل تو را آب بحر کافی نیست که تر کنم انگشت و صفحه بشمارم

بر اساس آنچه گفته شد، نمی‌توان بدون رجوع به مکتب والای آن حضرت، به سعادت ابدی و راستین دست یافت. به همین جهت، تاسی به رفتار و گفتار آن حضرت از بایسته‌های ایمانی می‌باشد: «وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا؛ و آنچه را پیامبر فرمان می‌دهد، بگیرید و از آنچه نهی می‌کند، پرهیز کنید.»

ای دل قبول محفل اهل ولا شوی

گر هم نوای خسته دلی بی نوا شوی

از خرمن مکارم خوبان بری نصیب

گر بهرور خلق خوش مصطفی شوی

نخستین گام برای پیروی از سنت و سبک زندگانی آن حضرت، مطالعه کاربردی سیره زندگانی وی می‌باشد. متأسفانه با وجود کتاب‌های خوب و گرانقدری که در این زمینه نگاشته شده، شناخت ما از سبک و سیره زندگی پیامبرمان بسیار کم و سطحی و محدود به ذکر حوادث تاریخی عمر ایشان می‌باشد. از این رو، شایسته است که محققان و دلسوزان، در راه آشناسازی جامعه با سبک زندگی رسول گرامی سلام(ص) در همه ابعاد زندگی فردی و اجتماعی و اقتصادی و سیاسی و ... گام بردارند؛ زیرا به فرموده قرآن، نتیجه آن به حیات و سعادت جامعه خواهد انجامید: یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! هنگامی که خدا و پیامبر شما را به سوی چیزی می‌خوانند که به شما حیات می‌بخشد، آنان را دعوت اجابت کنید.

مرد حق بازآفریند خویش را

جز به نور حق نبیند خویش را

بر عیار مصطفی خود را زند

تا جهان دیگری پیدا کند

موضوع ۱۷: الگوپذیری از اهل بیت (ع)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ
وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! اطاعت کنید خدا را! و اطاعت کنید پیامبر خدا و اولو الامر [اوصیای پیامبر] را! و هر گاه در چیزی نزاع داشتید، آن را به خدا و پیامبر بازگردانید (و از آنها داوری بطلبید) اگر به خدا و روز رستاخیز ایمان دارید! این (کار) برای شما بهتر، و عاقبت و پایانش نیکوتر است.

(نساء، ۵۹)

گفتیم که یکی از اصلی‌ترین و پرکاربردترین روش‌های قرآن برای فرهنگ‌سازی درست و سازنده، ارائه الگوی مناسب تاریخی در همان زمینه است. قرآن هنگامی که از شرک سخن می‌گوید، سرانجام مشرکان پیشین را یادآور می‌شود و اگر از توحید به ماجرای ابراهیم بت‌شکن اشاره می‌کند. فرجام حسادت را با یادآوری سرانجام برادران یوسف بیان می‌کند و بخل و دنیاپرستی را با عاقبت قارون پیوند می‌زند. الگوی عفاف برای مردان را یوسف پیامبر و برای زنان، دختران شعیب می‌داند. وقتی از صبر و نتایج پربار آن سخن می‌گوید، به ماجرای نوح یا ایوب یا یعقوب اشاره دارد. برای زنان مؤمن و پرهیزکار، مریم و آسیه را الگو می‌خواند و برای زنان فاجر و بدکار، همسر نوح و لوط را معرفی می‌کند.

در آیه ۷۱ سوره مبارکه اسراء، خداوند اهمیت الگو و اسوه برای انسان‌ها را این چنین بیان کرده است: به یاد آر، روزی که هر گروهی را به همراه پیشوایشان [به دادگاه حقیقت] فرامی‌خوانیم: «يَوْمَ نَدْعُوا كُلَّ أُنَاسٍ بِإِمَامِهِمْ».

افزون بر همه این‌ها، خداوند زندگانی برخی بندگانش را الگوی کامل هدایت و رهبری معرفی کرده و از همگان خواسته تا در تمامی امور به آنان اقتدا کنند. یکی از همین آیات، آیه بالاست که به آیه «اولوالامر» شهرت دارد. منظور از «اولوالامر» بنابر احادیث بسیار زیاد و یقین‌آور، دوازه امام شیعه هستند. در آیه ۳۳ سوره احزاب، خداوند تأکید می‌کند که سرشت خاندان عترت را با پاکی و نکویی عجین ساخته تا جز خوبی از آنان سر نزنند و هیچ‌گاه پلیدی گناه و معصیت دامانشان را آلوده نسازد. (إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا؛ مسلماً خداوند اراده کرده است تا پلیدی را از شما ای خاندان پیامبر دور ساخته و شما را به بهترین و کامل‌ترین پاکیزگی‌های [مادی و معنوی]، تطهیر سازد.) آیات متعدد دیگری نیز به ذکر فضایل اهل بیت پیامبر پرداخته است. تنها برخی از این آیات عبارت است از: (بقره/۲۷۴-بقره/۲۰۷-نور/۳۶ و ۳۷-مجادله/۱۳-انسان/۵ تا ۱۰).

ذکر این نکته در این میان ضروری است که هر یک از اهل‌بیت، بسته به شرایط زمان و مکان، الگویی از صفات بارز انسانی‌اند که اگر به‌درستی تبیین و درک شود، می‌تواند راهگشای مادر مواقع مختلف زندگی باشد و ما باید به صورت موضوعی به هر خصلت آنان پردازیم؛ مثلاً برای همسررداری به سیره و زندگانی حضرت علی (ع) و حضرت زهرا و دیگر امامان با همسرانش پردازیم. نکته‌ای که نباید از نظر دور داشت که نه تنها رفتار اهل‌بیت الگوی کاملی از رفتار

حکیمانه و مبتنی بر ایمان و صداقت است؛ بلکه گفتار آنان چشمه‌های جوشان حکمت است که صدافسوس ما از آن غفلت کرده‌ایم.

هزار نقش برآید ز کلک صنع و یکی به دلپذیری نقش نگار ما نرسد

به مناسبت ذکر سخن از اهل بیت، این مطلب را هم متذکر می‌شویم که نقش ارتباط و مودت با اهل بیت برای دور کردن پلیدی‌ها بسیار حیاتی است و در زمان کنونی، ارتباط با امام زمان تأثیر فوق‌العاده زیادی بر هدایت و تربیت اخلاقی ما دارد. افسوس بر ما که از یاد آن حضرت غفلت می‌کنیم؛ درحالی که اگر می‌دانستیم چه فایده‌ای بر آن مترتب است، خود را از پرتو نورافشان یادش محروم نمی‌کردیم: (بَقِيَّتُ اللَّهِ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ مُؤْمِنِينَ). آری، زندگی تنها با یاد و نام و پیروی از آن حضرت طعم واقعی ایمان و آرامش معنوی را به خود خواهد گرفت.

ایام خوش آن بود که بادوست گذشت
هرکسی را سرچیزی و تمنای کسی است
باقی همه بی‌حاصلی و بی‌خبری بود
ما بغیر از تو نداریم تمنای دگر (سعدی)

موضوع ۱۸: الکوگیری از مؤمنان

وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَالرَّسُولَ فَأُولَئِكَ مَعَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ مِنَ النَّبِيِّينَ وَالصِّدِّيقِينَ وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ وَحَسُنَ أُولَئِكَ رَفِيقًا

و کسی که خدا و پیامبر را اطاعت کند، (در روز رستاخیز،) همشین کسانی خواهد بود که خدا، نعمت خود را بر آنان تمام کرده؛ از پیامبران و صدیقان و شهدا و صالحان؛ و آنها رفیقای خوبی هستند.

(انعام، ۶۹)

اگر بگوییم، مهم‌ترین عنصر فرهنگ‌ساز و تأثیرگذار در رفتار یک جامعه، قهرمانان و الگوهای آن جامعه هستند، پربراه نگفته‌ایم. جوامع غربی و مادی‌گرا تلاش زیادی می‌کنند تا با مطرح کردن قهرمانان جعلی و خیالی، ذهن جوانان و نوجوانان را ناخودآگاه به سمت تمایلات خود برگردانند. اگر امروزه شاهد این هستیم که نسل جوان ما رؤیای خود را در این می‌بینند که شبیه افراد مشهور بی‌هویت یا کم‌هویت شوند، با کمال تأسف باید منتظر افول فرهنگی جامعه نیز باشیم.

روزی که مردم زندگی قهرمانان خود را عرشی دیده و با آن همزادپنداری نکنند، باید منتظر جایگزینی قهرمانان خیالی و بافتنی دیگران باشیم.

به همین دلیل، قرآن کریم در کنار استدلال اعتقادی و حکمت اخلاقی و موعظه و دستورات احکام، اهمیت فراوانی به الگوسازی برای جامعه دینی قائل شده و مؤمنان را توصیه کرده تا با مردان موفق و پیشگامان ایمانی خود ارتباط داشته و همراهی کنند. یکی از مهمترین دعا‌های دینی ما در انتهای سوره حمد واقع شده و ما موظفیم حداقل هشت بار در روز آن را تکرار کنیم. این دعا، درخواست هدایت به سوی صراط مستقیم است: «إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ * صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ» ما در این دعا از خداوند می‌خواهیم تا ما را به راه راست هدایت و در آن ثابت قدم بگذارد. سپس صراط مستقیم را این‌گونه معرفی می‌کنیم که راه کسانی است که خداوند به آنان نعمت داده است. ممکن است سؤال شود که این گروه چه کسانی هستند؟ با نگاهی به آیه ۶۹ سوره انعام این گروه معرفی می‌شوند؛ زیرا خداوند در این آیه از چهار گروه که به آنان نعمت داده، یاد کرده است: انبیاء، صدیقین، شهداء و صالحین. پس نتیجه می‌گیریم که ما روزانه از خداوند همراهی با این چهار گروه را در دعای پایانی سوره حمد درخواست می‌کنیم.

درباره الگوپذیری از پیامبران سخن گفتیم. منظور از «صدیقین» در آیه، همه کسانی هستند که حرف و عملشان مطابق حقیقت و راستی و درستی است. بنابراین این لقب برازنده معصومان بوده که پس از انبیاء، اوصیاء واقعی آنان می‌باشند. این گروه را نیز در گفتار پیشین مورد بررسی قرار دادیم. آنچه در این گفتار بدان پرداخته می‌شود، الگوپذیری از شهدا و نیکان روزگار است که مورد تأکید قرآن و دعای روزانه ما در سوره حمد است.

اگر به دنبال موفقیت در زندگی و سعادت‌مندی هستیم، باید افراد موفق را بشناسیم و نگذاریم تا الگوهای کاذب برای خود و جامعه به وجود بیاید. افراد موفق کسانی هستند که از فرصت اندک عمر خود بهترین بهره را برداشته و خوشنامی ابدی برای خود خریده‌اند. برترین این افراد، شهدا و علما هستند.

بنابراین، اولاً نباید از مطالعه زندگی افراد موفق غافل شویم. گاهی تأثیر مطالعه زندگی یا وصیتنامه یک عالم یا شهید، بسیار بیشتر از چندین جلسه اخلاقی و محفل مذهبی است.

ثانیاً باید تلاش کنیم تا خود را به رفتارهای الگو نزدیک ساخته و لاقط شبیه‌سازی کنیم. یکی از مهم‌ترین تکنیک‌های روانشناسی برای اصلاح یک عادت بد، این است که رفتار خوب را حتی به صورت مصنوعی تمرین کنیم تا به یک عادت خوب تبدیل شود. این مطلب مورد تأیید احادیث نیز می‌باشد؛ مثلاً امام علی (ع) درباره آراسته شدن به صفت بردباری توصیه می‌کند: «اگر شکیبیا نیستی، رفتار خودت را به افراد شکیبیا شبیه کن؛ زیرا کم اتفاق می‌افتد که کسی به گروهی خود را شبیه سازد و از آن‌ها نشود.» قرآن کریم نیز می‌فرماید: «وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ؛ خودت را با افرادی که صبح و شام خدا را خوانده و رضای او را می‌طلبند، همراه ساز.»

ای خردمند که گفتمی نکنم چشم به خوبان به چه کار آیدت آن دل که به جانان نسپاری

فصل چهارم: مهارت دشمن شناسی

اگر قرار باشد از مهارت‌های زندگی قرآنی و سعادت حقیقی انسان گفته شود، بی گمان باید موانع و ... آن را نیز بررسی کرد. ما معتقدیم یکی از اصلی‌ترین مهارت‌هایی که قرآن کریم به ما آموزش می‌دهد، مهارت «دشمن شناسی» است. این گمان که آدمی برای رسیدن به هدف خلقتش، هیچ مشکلی ندارد و مسیر هموار و آماده‌ای برای او فراهم است، تخیلی بیش نیست.

قرآن کریم سه عامل را به عنوان مهم‌ترین دشمنان انسان معرفی کرده است: ابلیس یا همان شیطان. ۲- نفس اماره و سرکش؛ ۳- افراد حق‌ستیز و معاند. در این میان، نقش شیطان به عنوان دشمن آشکار انسان‌ها بیش از همه مورد تأکید قرآن بوده و شاید بتوان آن را اصلی‌ترین دشمن نیز دانست.

ما در این فصل، به برخی ویژگی‌های شیطان اشاره می‌کنیم.

موضوع ۱۹: شیطان، دشمن آشکار انسان

إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ

البته شیطان دشمن شماست، پس او را دشمن بدانید؛ او فقط حزیش را به این دعوت می‌کند که اهل آتش سوزان باشند!

(فاطر، ۶)

قرآن کریم شیطان را دشمن آشکار انسان‌ها خوانده و بارها و بارها آدمیان را از او برحذر داشته است. در قرآن کریم حدود ده بار بر دشمنی شیطان با انسان تصریح شده است. ۱. شیطان از آن روزی که در پیشگاه خداوند اعلام نمود که مصمم است جامعه بشریت را گمراه و منحرف نماید، سوگند یاد کرد اسلحه خود را زمین نگذارد و هیچ‌گاه در طول پیکار خود خسته و ناامید نگردد. تنها مطالعه چند آیه زیر کافی است تا بدانیم با چه دشمن غدار و حيله‌گری روبرو هستیم:

در سوره مبارکه اعراف آیات ۱۶ و ۱۷ این چنین آمده است: «قَالَ فِيمَا أُغْوِيْتَنِي لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ * ثُمَّ لَأَنْتَهُنَّ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ وَلَا تَجِدُ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ» گفت: پس بدان سبب که مرا به بیراهه افکندی حتما در کمین آنها بر سر راه مستقیم تو خواهم نشست. * سپس بر آنها از پیش رو و از پشت سرشان و از طرف راست و از طرف چپشان در خواهم آمد (و وسوسه خواهم کرد)، و بیشتر آنها را سپاسگزار نخواهی یافت.»

در سوره مبارکه اسراء آیه ۶۲ نیز آمده است: «قَالَ أَرَأَيْتَكَ هَذَا الَّذِي كَرَّمْتَ عَلَيَّ لَئِنِ أَخَّرْتَنِي إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ لَأَخْتِنَنَّ دُرِّيَّتَهُ إِلَّا قَلِيلًا» [شیطان] گفت: به من بگو آیا این است چیزی که بر من برتری دادی؟ سوگند (می‌خورم) که اگر تا روز رستخیز مهلتم دهی، بی‌گمان بر زادگان او - جز اندکی - لجام خواهم نهاد. (و افسارشان را به دست خواهم گرفت.)

آیا اندکی غفلت از فردی که این چنین با قدرت و اراده بالا، انسان را تهدید کرده و علم دشمنی با او را برافراشته است، سزاوار است. تسامح و سهل‌انگاری در این زمینه می‌تواند به قیمت گمراهی و سرقت سرمایه گرانبها و گوهر ارزشمند انسانیت تمام شود. شوربختی بیشتر آن است که بدانیم که این تهدیدهای ویرانگر، تنها یک جنگ روانی رندانه نبوده؛ بلکه تحقق یافته و دامن بسیاری از بنی آدم را گرفته است. قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَقَدْ صَدَقَ عَلَيْهِمْ إِبْلِيسُ ظَنَّهُ فَاتَّبَعُوهُ إِلَّا فَرِيقًا مِنَ الْمُؤْمِنِينَ»؛ و حقا که ابلیس گمان خود را درباره آنها درست آورد، که همگی از او پیروی نمودند مگر گروهی از مؤمنان. [سبأ، ۲۰]

شیطان یک موجود موهوم خیالی نیست که در افسانه‌ها ذکر شده باشد. او در کمین ما آدمزادگان قرار دارد و تیرهای خطرناک خود را به چله کمان نهاده و به سوی ما نشانه گرفته است. آیه بالا در صدد بیان همین هشدار است. کاش در

۱. برخی از این آیات عبارت است از: بقره/۱۶۸-۲۰۸-انعام/۱۴۲-اعراف/۲۲-یوسف/۵-قصص/۱۵-یس/۶۰-اسراء/۵۳-فاطر/۶.

کنار یادگیری این همه علوم و دانش‌ها، چند صباحی نیز «شیطان‌شناسی» یاد می‌گرفتیم. اینکه او کیست و چه می‌تواند بکند و چگونه می‌توان از او رهایی یافت؟ و بسیاری پرسش‌های اصلی و ضروری دیگر.

واقعیت این است که اگر شیطان را در محاسبات روزمره زندگی خود نبینیم و لطف و رحمت خدا نباشد، عبور از گردنه سخت انسانیت کاری دشوار و ناممکن خواهد بود. قرآن کریم در آیه ۸۳ سوره نساء می‌فرماید: «وَلَوْ لَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ لَاتَّبَعْتُمُ الشَّيْطَانَ إِلَّا قَلِيلًا» و اگر فضل و رحمت خدا بر شما نبود حتما همه شما جز اندکی، از شیطان پیروی می‌کردید.»

ورنه آدم نبرد صرفه ز شیطان رجیم

دام سخت است؛ مگر یار شود لطف خدا

کوتاه سخن آنکه، شیطان را باید دشمن انگاشت و در متن زندگی حضور اغواگرانه او را دید و از آن حذر کرد.

در گفتارهای بعدی، با برخی راه‌های نفوذ شیطان آشنا خواهیم شد.

موضوع ۲۰: مهم‌ترین راه‌های فریب شیطان

وَ اسْتَفْزِرْ مَنْ اسْتَطَعْتَ مِنْهُمْ بِصَوْتِكَ وَ اجْلِبْ عَلَيْهِمْ بِخَيْلِكَ وَ رَجْلِكَ وَ شَارِكْهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَ
الْأَوْلَادِ وَ عِدَّتِهِمْ وَ مَا يَعِدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا

هر کدام از آنها را می‌توانی با صدایت تحریک کن! و لشکر سواره و پیاده‌ات را بر آنها گسیل دار! و در ثروت و فرزندانشان شرکت جوی! و آنان را با وعده‌ها سرگرم کن!- ولی شیطان، جز فریب و دروغ، وعده‌ای به آنها نمی‌دهد.

(اسراء، ۶۴)

راه‌های فریب شیطان بسیار متنوع و پیچیده است. او از هر مسیری و هر روزنه‌ای که بیابد، در درون انسان نفوذ کرده و او را وسوسه می‌کند. در آیه بالا، خداوند چهار راه عمومی شیطان برای فریب آدمیان را ذکر کرده و شیطان را تهدید می‌کند که هر کاری می‌خواهی بکن و از همه این راه‌ها استفاده کن، ولی بدان بر مؤمنان هیچ تسلطی نخواهی داشت. وعده‌ای این آیه را دربردارنده انواع تهاجمات شیطانی - اعم از تهاجم فرهنگی، تهاجم نظامی و تهاجم اقتصادی و تهاجم فکری - به مؤمنان دانسته‌اند. این چهار راه عبارت‌اند از:

۱- استفاده از ابزارهای تبلیغی مسموم: [وَ اسْتَفْزِرْ مَنْ اسْتَطَعْتَ مِنْهُمْ بِصَوْتِكَ؛ هر کدام از آنها را می‌توانی با صدایت تحریک کن!]

بی‌گمان یکی از مهم‌ترین و پرکاربردترین راه‌های نفوذ شیطان، ترویج بی‌بند و باری، هرزگی، نگاه حرام، التذاذات جنسی نامشروع و نامحدود در انسان است. مقدمه این بی‌بند و باری هم غالباً رواج ابزار و آلات مسموم فرهنگی است که نمونه بارز آن در عصر نزول قرآن، موسیقی و آلات لهو و لعب بود. قرآن این ابزارها را صدای شیطان نامیده و آن را مقدمه تحریک و وسوسه آدمیزاد دانسته است. متأسفانه امروزه ابزارهای فرهنگی پیشرفته نیز تا حد زیادی به این آسیب دامن زده‌اند. استفاده نامشروع فضای مجازی و اینترنت و ماهواره و شبکه‌های فساد به قدری در جامعه ترویج یافته که گویا مفری برای نجات از گناه باقی نمانده است. آری، شیطان لذت موقتی را ابدی می‌داند و انسان را از لذات ابدی غافل می‌سازد.

اگر لذت ترک لذت بدانی دگر لذت نفس، لذت نخوانی

۲- تضعیف مؤمنان از راه تقویت جامعه گناه‌کاران: [وَ اجْلِبْ عَلَيْهِمْ بِخَيْلِكَ وَ رَجْلِكَ؛ و لشکر سواره و پیاده‌ات را بر آنان گسیل کن!]

شیطان لشکریان زیادی دارد. برخی از هم‌نوعان ما انسان‌ها نیز لشکریان شیطان هستیم. یکی از ابزارهای وسوسه شیطان، افزایش و تقویت همین لشکر عظیم برای مقابله با مؤمنان و صالحان است. بر این اساس، مستکبران و مفسدان و زورگویان عالم، همه برادران و اولیای شیطان بوده و به امر او حرکت می‌کنند.

۳- انحراف اقتصادی و عاطفی: [وَشَارِكُهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ؛ و در ثروت و فرزندان آنان شرکت جوی!]

انسان به طور غریزی حریص و منفعت طلب است. حال اگر تعادلی میان حسن منفعت طلبی با سایر حواس و غرایز انسانی و عاطفی برقرار نشود، صفت مال دوستی و فرزند دوستی و دنیا پرستی در فرد به وجود می آید. شیطان نیز از همین نقطه ضعف انسان استفاده کرده و او را به تحصیل مال حرام و سوسه می کند تا جایی که همین عامل، سبب گمراهی و هلاکت ابدی او می گردد. هم چنین بسیاری از افراد را به جلوه های دلفریبانه دیگر مانند فرزند و همسر و پست و مقام و ... وابسته کرده تا اینکه از حقیقت ناپایدار عالم به کلی غافل شده و فریب خورده اند.

دل اندر جهان آفرین بند و بس

جهان ای برادر نماند به کس

۴- فریبکاری و اغوا: «وَعِدُّهُمْ وَمَا يَعِدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا؛ و آنان را با وعده ها سرگرم کن! ولی شیطان، وعده ای جز فریب و دروغ به آنها نمی دهد.»

از مهم ترین ابزارهای نفوذ شیطان، فریب و اغواگری است. این فریبکاری چند محور اصلی دارد:

الف- شیطان دنیا و زینت های آن را واقعی و ماندگار جلوه می دهد: «قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ؛ گفت: «پروردگارا! چون مرا گمراه ساختی، من (نعمتهای مادی را) در زمین در نظر آنها زینت می دهم، و همگی را گمراه خواهم ساخت، (حجر، ۳۹)»

ب- شیطان اعمال فرد را در نظرش خوب و مناسب زینت می دهد: «وَزَيَّنَّ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ؛ و شیطان اعمالشان را خوب جلوه داد. (نمل، ۲۴)». به این کار شیطان «تسویل» گفته می شود.

ج- شیطان انسان را به آرزوهای موهوم و خیالی کشانده و ذهن او را درگیر می کند: «وَلَأُضِلَّنَّهُمْ وَ لَأُمَنِّيَنَّهُمْ؛ و یقیناً آنان را گمراه می کنم، و دچار آرزوهای دور و دراز [و واهی و پوچ] می سازم. (نساء، ۱۱۹)» کسی که به آرزوهای دنیایی دل بندد، علاوه بر اینکه به آن آرزوها به شکل کامل دست نمی یابد، از مسیر اصلی خود نیز بازمی ماند. امیر مؤمنان علی (ع) می فرماید: «همانا بیشترین چیزی که از آن بر شما هراس دارم، آرزوهای دراز و پیروی از هوای نفس است.»

خوشا دلی که به دنبال آرزو نرود

سراب، تشنه لبان را کند بیابان مرگ

همه آنچه گفتیم تنها اشاره بسیار مختصری به راه های گوناگون و سوسه شیطان است؛ چه اینکه هنوز جای مطالعه و تحقیق و تدبر بسیار بیشتری در این موضوع وجود دارد.

موضوع ۲۱: مهم‌ترین شیوه‌های فریب شیطان

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از گامهای شیطان پیروی نکنید! هر کس پیرو شیطان شود (گمراهش می‌سازد، زیرا) او به فحشا و منکر فرمان می‌دهد!

(نور، ۲۱)

پس از آنکه با برخی راه‌های نفوذ شیطان آشنا شدیم، مناسب است که با مهم‌ترین شیوه‌ها و حربه‌های او نیز آشنا شویم. به فرموده قرآن کریم، شیطان شیوه‌های متعددی برای فریب آدمیان به کار می‌گیرد. به عبارت دیگر، نوع فریبکاری شیطان دارای ویژگی‌های خاصی است. شناخت این ویژگی‌ها کمک بسیاری به ما در مقابله با شیطان خواهد کرد. در ادامه

با برخی از این ویژگی‌ها آشنا می‌شویم:

۱- **محاصره و تهاجم همه جانبه:** شیطان برای فریب انسان تنها به یک زمینه انحرافی توجه نمی‌کند؛ بلکه تلاش می‌کند تا بیشتر ابعاد روحی او را در تسخیر خود بگیرد و عرصه را بر او تنگ کند؛ مانند لشکری که تنها از یک سو به دشمن حمله نمی‌کند؛ بلکه او را محاصره می‌کند تا امکان فرار به تدریج برای او سخت شود. این مطلب در سوره مبارکه اعراف آیات ۱۶ و ۱۷ چنین آمده است: «ثُمَّ لَأَتَيْنَهُمْ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَ مِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ وَلَا تَجِدُ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ؛ سپس بر آنها از پیش رو و از پشت سرشان و از طرف راست و از طرف چپشان در خواهم آمد (و وسوسه خواهم کرد)، و بیشتر آنها را سپاسگزار نخواهی یافت.»

امام باقر(ع) این آیه را به این گونه تفسیر کرده‌اند: منظور از «حمله پیش رو» این است که آخرت را در نظر ایشان بی‌ارزش می‌کنم و منظور از «حمله پشت سر»، این است که آنها را به جمع‌آوری مال و خودداری از انفاق‌های واجب تشویق می‌کنم. مقصود از «حمله سمت راست» این است که دین آنها را فاسد می‌کنم و گمراهی را در نظر آنان نیکو جلوه می‌دهم. منظور از «حمله سمت چپ» این است که لذت‌ها و شهوات را بر دل‌های ایشان غالب می‌کنم. در چنین معرکه‌ای چگونه می‌توان از دام کید این دشمن حيله گر و بی‌رحم نجات یافت.

۲- **تهدید و تطمیع:** شیطان آدمی را از کارهای خوب می‌هراساند و عواقب بدی برای آن ترسیم می‌کند؛ حال آنکه درباره گناه آن را توجیه کرده و حتی فرجام خوبی برای آن پیش بینی می‌کند. در آیه ۲۶۸ سوره بقره درباره انفاق خداوند می‌فرماید: «شیطان شما را از فقر می‌هراساند؛ حال آنکه خداوند به شما وعده فضل و آمرزش می‌دهد.» نمونه بارز کسی که به این تهدید و تطمیع شیطان عمل کرد و عاقبت شومی داشت، «برصیصای عابد» بود که شرح تأسف بار و عبرت آموز گمراهی او در آیه ۱۶ سوره حشر آمده است.

۳- نفوذ تدریجی و گام به گام: نفوذ شیطان در دل انسان، کاملاً تدریجی و گام به گام است. او در ابتدا از گناهان کوچک آغاز کرده و کم کم دایره آن را وسیع می کند؛ طوری که دیگر نتوان از آن رهایی یافت. در آیه ابتدای گفتار بر این مطلب تأکید شده است.

۴- نفوذ نامحسوس و غیرمترقبه: شاید هیچ یک از ویژگی های فریب شیطان به بزرگی و هولناکی این مورد نباشد. شیطان از راهی نفوذ می کند که انسان گمان آن را نمی کند و به همین دلیل، در مقابل او بی دفاع است. قرآن کریم می فرماید: «إِنَّهُ يَرَاكُمْ هُوَ وَقَبِيلُهُ مِنْ حَيْثُ لَا تَرَوْنَهُمْ؛ او و همکارانش شما را می بینند از جایی که شما آنها را نمی بینید. (اعراف، ۲۷)»

آری، شیطان، عالمان را با علم بی اثر، عارفان را با زهد بی ثمر، اهل دین را از راه اهتمام به مستحبات و فراموشی واجبات، اهل قرآن را از راه غفلت از محتوا و عمل به قرآن، بازاریان را از راه معاملات سودآور نامشروع و خلاصه، هر یک از اصناف و اشخاص را با حربه ای که تصورش را هم نمی کنند، منحرف می سازد. بدترین مصیبت ما در برابر شیطان این است که ما اصلاً نمی دانیم که از او ضربه خورده ایم تا به دفاع بپردازیم. چنان راحت با پنبه سر می بُرد که تا به خودمان بیاییم، دین و ایمانمان را به یغما برده است. چه بسا افرادی که شخصی عمری را در راه دینداری تلاش کرده، ولی با اندکی غفلت، اسیر دام این دشمن غدار گشته اند.

یک نقطه بیش فرق رحیم و رجیم نیست از نقطه ای بترس که شیطانی ات کنند

موضوع ۲۲: راه مقابله با شیطان

وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

و هر گاه وسوسه‌ای از شیطان به تو رسد، به خدا پناه بر؛ که او شنونده و داناست!

(اعراف، ۲۰۰)

در درس‌های گذشته با آشکارترین دشمن خود و برخی نقاط قوت او آشنا شدیم. باید اعتراف کنیم که جنگ ما با شیطان، جنگی نابرابر و محکوم به شکست است؛ زیرا نقاط قوت او، همان نقاط ضعف ماست: او راه مستقیم را به خوبی می‌شناسد و شیوه‌های مختلف و متنوعی را برای انحراف انسان از آن در پیش می‌گیرد؛ او به تدریج و آهسته آهسته انسان را منحرف می‌کند و از جایی نفوذ می‌کند که گمانش را هم نمی‌کنیم؛ او دشمنان دیگر ما را علیه ما تحریک می‌کند و جز به سقوط و تباهی مطلق ما بسنده نمی‌کند. با این حال، چه باید کرد؟ دشمنی مکار و قدرتمند با لشکریان مجهز از هر سو ما را محاصره کرده و با انگیزه بالا در صدد هلاکت ما هستند. قرآن حکیم برای مقابله با این تهدیدهای مداوم شیطان، راهکار مؤثر و روشنی دارد. برای این که این راهکار را بشناسیم، به این مثال توجه کنید:

تصور کنید شما در خانه‌ای قرار گرفته و توسط دشمن محاصره شده‌اید و امکان فرار برای شما فعلاً وجود ندارد. این در حالی است که اصلاً نمی‌توانید دشمن را ببینید، ولی او از بالا و از هر روزنه‌ای شما را می‌بیند و مجهز به انواع سلاح‌های جنگی نیز هست. طبیعی است که اگر دست روی دست بگذارید، دشمن شما را هدف گرفته و زخمی می‌کند. پس دو راه بیشتر برای شما وجود ندارد. راه اول، اینکه اطراف خود را با سپر پوشانید تا تیرهای دشمن به شما اصابت نکند و راه دوم اینکه از افراد دیگر تقاضای کمک و تقویت نیرو کنید تا با کمک آنان بتوانید محاصره دشمن را شکسته و از آن جا فرار کنید. این دقیقاً همان دو راهی است که قرآن کریم در برابر انسان‌ها برای مقابله با شیطان قرار داده است:

الف - **تقوا:** هیچ سپری به اندازه تقوا، جان شما را در برابر دشمنی شیطان غدار محافظت نمی‌کند: «وَلِبَاسُ التَّقْوَىٰ ذَٰلِكَ خَيْرٌ»

تقوا به معنای حفاظت نفس از انجام گناه و خطاست. برای پیشگیری و مقاومت در برابر حمله‌های شیطان باید در مسیر زندگی دژ استواری بنا نهاد تا از نفوذ تیرهای زهرآگین وسوسه‌اش در امان بود. این قلعه حصین چیزی جز تقوا نیست. تقوا همان نیرویی است که سبب می‌شود تا در مقابل هوس‌ها ایستادگی کرده و با کمک نیروی عقل تصمیم‌گیری شود.

چون که تقوا بست دودست هوا حق گشاید هر دودست عقل را

ب - **استعاذه (پناه بردن به خدا):** گفتیم که وضعیت ما در برابر شیطان به فردی می‌ماند که در خانه‌ای محاصره شده و در تیررس دشمنی قوی و سنگدل است. در چنین شرایطی، بهترین راه چاره، آن است که به سمت پناه گاهی امن و مطمئن فرار کرده و به نیرویی تکیه کنیم که قدرت و تسلطش بسیار فراتر از دشمن ماست. آن پناهگاه، یاد خدا و آن نیرو، خداوند متعال است. «استعاذه» به همین معناست. استعاذه؛ یعنی پناه بردن به خدا و بازگشت سریع و مستمر به فضل

و رحمت او. در آیه بالا به همین نکته اشاره شده است. در سوره مبارکه نحل آیه ۹۸ خداوند به مؤمنان سفارش می‌کند تا حتی هنگام انجام عبادات، خود را از شرّ شیطان در امان ندیده و به خداوند پناه برند: (فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ؛ هنگامی که قرآن می‌خوانی، از شرّ شیطان مطرود، به خدا پناه برا!) هم‌چنین خداوند راه نجات حضرت یوسف (ع) از شرّ شیطان را همین استعاده حقیقی دانسته است.

اگر استعاده به توبه و پشیمانی همیشگی از گناه بینجامد، حتی سبب می‌شود که خداوند اعمال ناپسند را به حسنات و نیکی‌ها تبدیل کند؛ یعنی اثر گناه را به کلی پاک کرده و آن را با خوبی جبران سازد. این همان کاری بود که آدم ابوالبشر (ع) نیز انجام داد و موفق شد تا از چنگال شیطان رهایی یافته و خویشتن را نجات دهد.

از این رو، شیطان به شدت در صدد آن است که پس از گناه، انسان او ناامید ساخته و به وی القاء کند که دیگر کار از کار گذشته است یا اینکه هنوز فرصت زیادی برای توبه و ندامت وجود دارد.

البته روشن است که مقصود از استعاده، پناه بردن لفظی و تنها گفتن ذکر «أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» نیست؛ بلکه باید با تمام وجود به خدا پناه برد. این امر با سه عامل میسر می‌شود: «یاد خدا، اخلاص و توکل»؛ یعنی اولاً تلاش و تمرین کنیم تا در طول روز بیشتر به یاد خدا بیفتیم؛ ثانیاً روحیه توکل و اظهار نیاز به خداوند را در خودمان تقویت کنیم و ثالثاً اخلاص و خدامحوری در کارهایمان دیده شود.

خود بری در سایه لطف إله

از شر ابلیس دون باید پناه

موضوع ۲۳: نفس اماره و سرکش؛ دشمن درونی انسان

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ * فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ

؛ و آن کس که از مقام پروردگارش ترسان باشد و نفس خود را از تمایلات نادرست بازدارد، مسلماً بهشت جایگاه اوست.

(نازعات، ۴۰)

شاید تصور چنین چیزی دشوار باشد که ما خودمان دشمن خود باشیم، ولی چنین چیزی حقیقت دارد.

توضیح آنکه: نفس به معنای جان و کالبد آدمی است که قوای مختلف جسمی و روحی در آن قرار دارد. همان گونه که می‌دانید انسان از دو بعد مادی و روحانی برخوردار است. چنان چه بعد روحانی یا عقلانی وی بر قوای جسمی یا حیوانی وی غلبه کرده و آن را به تسخیر خود در آورد، به اوج انسانیت تعالی یافته و به جوار قرب پروردگار رشد می‌یابد، ولی اگر قوای جسمانی یا مادی وی بر قوای روحانی و معنوی غلبه کند، به حضيض حیوانیت تنزل می‌یابد.

بهشت و دوزخ با توست در پوست چرا بیرون ز خود می جویی ای دوست

بنابراین، مدیریت نفس به عنوان مرکز اجتماع و تنازع قوای روح و جسم، اهمیت زیادی دارد. کاری که به، آن «خودسازی» گفته می‌شود و در فصل بعد با مهارت آن آشنا خواهیم شد.

از آن جا که مدیریت نفس مراحل متعددی دارد، نفوس انسانی را از بالاترین مرتبه تا پایین مرتبه آن تقسیم کرده‌اند. این مراتب از آیات زیر برگرفته شده است: یوسف، ۵۳ و ۱۸- قیامت، ۲ و فجر، ۲۷.

الف- نفس مطمئنه: والاترین مرتبه نفس انسانی، نفس مطمئنه است که آیات پایانی سوره فجر از آن حکایت می‌کند. پس از تصفیه و تهذیب و تربیت کامل، انسان به مرحله‌ای می‌رسد که غرائز سرکش در برابر او رام شده و توانایی پیکار با عقل و ایمان را در خود نمی‌بیند؛ چرا که عقل و ایمان آن قدر نیرومند شده‌اند که غرائز نفسانی در برابر آنها توانایی چندانی ندارد. به چنین نفسی که به مرحله اطمینان و باور قلبی به حقایق رسیده باشد، «نفس مطمئنه» گفته شده است.

ب- نفس لوآمه: انسان ممکن است بر اثر طغیان غرائز، گاهی مرتکب خلاف‌هایی شود، اما فوراً پشیمان می‌گردد و به ملامت و سرزنش خویش می‌پردازد، و تصمیم بر جبران گناه می‌گیرد. در این حالت، نفس انسان را «لوآمه: سرزنش‌گر» می‌گویند. از نفس لوآمه به وجدان بیدارگر آدمی نیز تعبیر می‌شود. این مرتبه از نفس در ابتدا برای همگان فراهم می‌شود، ولی چنان چه به آن بی توجهی شود، کم فروغ شده و گاه به کلی خاموش می‌شود. در آیه ۲ سوره قیامت به این نفس سوگند یاد شده است.

ج- نفس مسؤله: حالتی است که نفس، گرایش به گناه را در نظر انسان تقویت نموده و وی را به سمت لذات دنیوی ترغیب می‌نماید. از این نفس به نفس «مسؤله» یا زینت دهنده یاد می‌شود. تفاوت نفس مسؤله با نفس اماره آن است که نفس مسؤله انسان را -چون نفس اماره- به بدی امر نمی‌کند؛ بلکه کار بد را در نظر فرد خوب جلوه داده تا فرد با اراده

خودش به دنبال آن برود. نمونه بارز پیروی از نفس مسوٰله، برادران یوسف بودند که در چاه انداختن یوسف در نظرشان امری عادی و خطایی کوچک و قابل گذشت، زینت داده شده بود. بسیاری از انسان ها بدون این که بدانند اسیر چنین نفسی گشته و قبح بدی ها در نظرشان کم رنگ گردیده است.

د- **نفس اماره:** مقصود از نفس اماره، نفسی است که به بدی ها و زشتی ها امر می کند؛ یعنی فرد به جایی می رسد که اختیار اعمال خود را به تمایلات نفسانی خود سپرده و اسیر هوا و هوس می گردد و تا پای جان سرخوش غفلت و غرور می سازد: «أَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ: آیا ندیدی کسی که هوای نفسش را معبود خود ساخته است؟» (فرقان، ۴۳) قرآن کریم در آیه ۵۳ سوره یوسف، نام این نفس را آورده و تنها رحمت خدا را نجات دهنده از آن دانسته است.

امام علی (ع) می فرماید: «حتی یک لحظه کوتاهی و سهل انگاری در مورد نفوس خود نکنید؛ زیرا که این سهل انگاری ها شما را به راه های تاریکی می کشاند.» به همین دلیل است که پیامبر اکرم (ص) در حدیثی می فرماید: «أَعْدَى عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ؛ بزرگ ترین دشمن تو نفس توست که در درونت قرار گرفته است.»

آری، تنها راه مبارزه با دشمنی نفس اماره، خودسازی و مخالفت با آن است تا رام و مطیع شود. سعدی؛ این شاعر توانگر پارسی؛ در این باره می نویسد:

بزرگی را پرسیدم در معنی این حدیث که «أَعْدَى عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ». گفت: «به حکم آن که هر آن دشمنی را که با وی احسان کنی، دوست گردد؛ مگر نفس را که چندان که مدارا بیش کنی، مخالفت زیادت کند.

مراد هر که بر آری، مُطیع امر تو گشت خلاف نفس؛ که فرمان دهد، چو یافت مراد

موضوع ۲۴: دشمنان خارجی

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا بَطَانَةً مِّن دُونِكُمْ لَا يَأْلُونَكُمْ خَبَالًا وَدُّوا مَا عَنِتُّمْ قَدْ بَدَتِ الْبَغْضَاءُ
مِن أَفْوَاهِهِمْ وَمَا تَخْفَى صُدُورُهُمْ أَكْبَرُ قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الْآيَاتِ إِن كُنتُمْ تَعْقِلُونَ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! محرم اسراری از غیر خود، انتخاب نکنید! آنها از هر گونه شرّ و فسادى در باره شما، کوتاهی نمی‌کنند. آنها دوست دارند شما در رنج و زحمت باشید. (نشانه‌های) دشمنی از دهان (و کلام) شان آشکار شده؛ و آنچه در دلهایشان پنهان می‌دارند، از آن مهمتر است. ما آیات (و راه‌های پیشگیری از شر آنها) را برای شما بیان کردیم اگر اندیشه کنید!

آل عمران، ۱۱۸

با مخالفان دین پیکار کن.

قرآن کریم علاوه بر دشمنان داخلی (شیطان و نفس اماره) به دشمنان خارجی هم توجه زیادی کرده است. آیات بسیاری از قرآن کریم به دشمنی افراد حق‌ستیز با مؤمنان در حوزه ایمان و نیز سیاست داخلی و خارجی، اشاره کرده و دستور دفاع و مقابله با آنان را مؤکداً اعلام کرده است. مهم‌ترین این دشمنان عبارت‌اند از: یهودیان، مشرکان، مستکبران، منافقان و حتی برخی دوستان و نزدیکان. هر یک از این دشمنان ویژگی‌های مخصوص و راهکار مقابله منحصر به فردی دارند.

یهودیان به علت عناد و دشمنی شدید با حق‌مداران، در آیه ۸۲ سوره مائده به عنوان دشمن‌ترین دشمنان معرفی شده‌اند. کفار هم طبق آیات صریح قرآن کریم همواره بر سر راه خدا سنگ‌اندازی می‌کنند. (بقره/ ۱۰۵) (انفال/ ۳۶) این دو گروه از هیچ تلاشی برای گمراهی مؤمنان و مبارزه با آنان دریغ نمی‌کنند و ضعف و شکست دین‌داران آنان را شادمان می‌سازد. (آیه بالا) قرآن کریم راه کار مبارزه با دشمنان خارجی را سست نشدن در برابر آنان و تقویت قوای نظامی می‌داند. (آل عمران، ۱۳۹- انفال، ۶۰- توبه، ۱۲۳)

نتیجه آنکه، نباید در مقابل دشمنی این دشمنان خارجی و داخلی که آسایش و امنیت و ایمان مردم را نشانه گرفته‌اند، غفلت کرد و آن را ساده انگاشت. امروزه نیز دشمنی معاندان و زورگویان عالم، نقش مهمی در بسیاری از بدبختی‌ها و مشکلات تاریخی و بحران‌های اجتماعی و اقتصادی دارد و نمی‌توان این حقیقت را انکار کرد؛ هرچند برخی در داخل به دنبال تطهیر چهره پلید زورگویان خارجی بوده و آن را توهم دشمن‌پنداری می‌خوانند.

حیرتم من از چشم بندی خدا

چشم باز و گوش باز و این عمی

مؤمن از اظهار ایمان هراسی ندارد. «أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ» است. این چنین نیست که تعداد لشکر دشمن یا امکانات زیادشان او را به هراس بیندازد؛ چون یاران طالوت که از انبوه لشکر جالوت نهراسیدند و گفتند: «كَمْ مِنْ فِئَةٍ قَلِيلَةٍ غَلَبَتْ فِئَةً كَثِيرَةً يَأْذِنُ اللَّهُ وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ»؛ چه بسا گروه اندکی که به توفیق خدا بر گروه بسیاری پیروز شدند، و خدا باشکیبایان است.» آنان با صبر و استقامت در برابر دشمن صف آرایی کرده و از خداوند طلب استمداد کردند. خدا نیز سنت همیشگی خود را بر این قرار داده که از مؤمنان و متقیان پشتیبانی کند: « يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَنْصُرُوا اللَّهَ يَنْصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ؛ ای مؤمنان! اگر خدا را یاری کنید، خدا هم شما را یاری می کند و گام هایتان را محکم و استوار می سازد.» (محمد، ۷)

موضوع ۲۵: منافقان داخلی

الْمُنَافِقُونَ وَالْمُنَافِقَاتُ بَعْضُهُمْ مِنْ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمُنْكَرِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمَعْرُوفِ وَيَقْبِضُونَ أَيْدِيَهُمْ
نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيهِمْ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ هُمُ الْفَاسِقُونَ (۶۷)

مردان منافق و زنان منافق، همه از یک گروهند! آنها امر به منکر، و نهی از معروف می‌کنند؛ و دستهایشان را (از انفاق و بخشش) می‌بندند؛ خدا را فراموش کردند، و خدا (نیز) آنها را فراموش کرد (. و رحمتش را از آنها قطع نمود)؛ به یقین، منافقان همان فاسقانند! (۶۷)

(توبه، ۶۷)

بی گمان، خطرناک‌ترین دشمن سیاسی برای جامعه دینی، منافقان هستند. اسلام در طول تاریخ خود بیشترین ضربه را از منافقان خورده است. به همین دلیل است که قرآن سخت‌ترین حملات خود را متوجه منافقان ساخته است و آنان را دشمنان واقعی مسلمانان خوانده است: «هُمُ الْعَدُوُّ فَاحْذَرَهُمْ؛ آنان دشمنان واقعی‌اند؛ پس از آنان بر حذر باشید.» (منافقون، ۴)

طبیعتاً شناخت منافق کار آسانی نیست؛ زیرا وی نقابی از پاکدستی و تقوا بر چهره زده و در دل به دنبال فرصتی برای ضربه زدن به پیکر جامعه دینی است. به همین دلیل، قرآن کریم ویژگی‌های منافقان و فتنه‌انگیزان را در سوره‌های متعددی ذکر کرده است.

مهم‌ترین این نشانه‌ها عبارت است از: سستی در عبادت و ریا (نساء، ۱۴۲)، زبان‌بازی (بقره، ۲۰۴)، فساد و غرور (بقره، ۲۰۵)، منفعت‌طلبی و تغییر مواضع بر اساس منافع دنیوی (نساء، ۷۲ و ۷۳)، سوگندهای مداوم برای ادعای همراهی با مؤمنان (منافقون، ۲)، ظاهرسازی (منافقون، ۴)، القاء ترس از دشمن در جامعه (مائده، ۵۲)، تکبر و عناد در برابر حق (منافقون، ۵)، استفاده ابزاری از دین (توبه، ۱۰۷)، ایمان موسمی و مقطعی (نساء، ۱۰۵)، ادعای اصلاح امور و خیرخواهی (بقره، ۱۱)، ادعای روشنفکری و خردمندی (بقره، ۱۳) و ...

قرآن کریم برای جلوگیری از دشمنی منافقان، همه را به بصیرت و روشنگری، اتحاد و هوشیاری و دوری از منافقان دعوت کرده است. (توبه، ۴۳-حجرات، ۶-انفال، ۴۶-منافقون، ۴)

در دو آیه، خداوند با تعابیری نسبتاً مشابه، از فتنه به عنوان شدیدتر و بزرگتر از قتل یاد می‌کند: «الْفِتْنَةُ أَشَدُّ مِنَ الْقَتْلِ؛ فتنه آنان از کشتار شما شدیدتر است.»

قرآن کریم به همه مسلمانان دستور می‌دهد تا رفع کامل فتنه از جهان و تحقق کامل دین الهی از سراسر گیتی، با دین ستیزان، مجاهده و مبارز کنند و لحظه‌ای در این راه درنگ نداشته باشند: «وَقَاتِلُوهُمْ حَتَّى لَا تَكُونَ فِتْنَةٌ وَيَكُونَ الدِّينُ لِلَّهِ» (بقره، ۱۹۳) به همین دلیل مبارزه با فتنه در دوران حاضر نیز کار ساده و سهلی نیست؛ بلکه نیازمند برنامه‌ریزی‌های دقیق و فعالیت‌های شبانه روزی است.

فصل پنجم: مهارت خودسازی

در فصل اول گفتیم که انسان قوای متعدد و استعداد‌های گوناگونی دارد که می‌تواند او را تا بالاترین مراحل خلقت برتری داده یا به پایین‌ترین مراتب آن تنزل دهد. ما هم می‌توانیم برتر از فرشتگان باشیم و تاج خلافت الهی بر سر بگذاریم و هم می‌توانیم با سوء اختیارمان، پست‌ترین موجودات باشیم. آنچه ما را از دیگر مخلوقات متمایز می‌سازد، همین قوس صعود و نزول در درون ما و امکان انتخاب و تغییر آن‌ها در درون ماست. به همین دلیل، پرورش نفس اهمیت زیادی در خوشبختی ما خواهد داشت.

اگر ما می‌توانیم حیوانات را پرورش داده و دست‌آموز خود کنیم، پس حتماً می‌توانیم خودمان را نیز تربیت کرده و ادب نماییم. علمای اخلاق نام این کار را خودسازی گذاشته‌اند. خودسازی یک مهارت بسیار مهم در زندگی است. اگر این مهارت را از دست بدهیم، بزرگ‌ترین فضایل نیز در وجود ما ریشه نکرده و ممکن است به یکباره از دست بروند.

در این فصل بنا داریم تا با اهمیت و مراحل خودسازی تا حدودی آشنا شویم.

موضوع ۲۶: اهمیت خودسازی (تزکیه)

و نَفْسٍ وَّ مَا سَوَّآهَا (۷) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَ تَقْوَاهَا (۸) قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (۹)

وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (۱۰)

و سوگند به نفس آدمی و آن کس که آن را منظم ساخته * سپس فجور و تقوا (شر و خیر) را به او الهام کرده است * که هر کس نفس خود را تزکیه کرده، رستگار شده * و آن کس که نفس خویش را با معصیت و گناه آلوده ساخته، نومید و محروم گشته است.

[شمس]

برخی از دانشمندان غربی، تنها دلیل بروز ناهنجاری‌های اخلاقی و اجتماعی را سرکوب شدن تمایلات نفسانی و غریزه انسانی و تبدیل آن به عقده‌های روانی و خلأ روحی و جنسی دانسته‌اند. متأسفانه این دیدگاه طرفداران زیادی در غرب پیدا کرد و موجب آزادی کامل و انحطاط اخلاقی جوامع غربی شد؛ در حالی که آمار بیماری‌ها و بدرفتاری‌های اخلاقی و جنسی نه تنها کاهش نیافت؛ بلکه حرص و طمع و هوسرانی همراه با خشونت و تجاوز چند برابر شد.

از این رو، اسلام راه مقابله با نفس را ایجاد تعادل میان قوای جسم و روح و مخالفت با خواسته‌های پی در پی نفس می‌داند. در ادبیات دینی از این کار به «خودسازی یا تزکیه» یاد می‌کنند. تزکیه، یعنی پاک کردن درون از زشتی و پلیدی‌های اخلاقی.

سعادت در دنیا و نجات از عذاب آخرت، جز با خودسازی و تسلط بر خویشتن امکان پذیر نیست به همین دلیل، یکی از اصلی‌ترین هدف تمامی ادیان و پیامبران الهی، همین خودسازی بوده است.

امام علی (ع) می‌فرماید: «جِهَادُ النَّفْسِ مَهْرُ الْجَنَّةِ: مَهْرِبَهُ وَ بَهَائِ بَهْشْتِ، مَبَارَزَهُ بِاَسْرَکَشِی نَفْسِ اَسْت.» این مطلب برگرفته از آیات قرآن است.

خودسازی مقدمات و مراحل زیادی دارد. آیات فروانی از قرآن کریم به اهمیت، آثار، مقدمات و مراحل خودسازی اشاره کرده است. آیه بالا یکی از زیباترین آیات قرآن در این زمینه است.

در این سوره خداوند پس از یازده سوگند به پدیده‌های عظیم آفرینش، انسان را به غرایز و استعدادهای درونی‌اش آگاه ساخته و تأکید می‌کند که قوای نفسانی او متعادل آفریده شده است. توضیح آنکه، قوای نفسانی شامل چهار قوه عاقله، واهمه، غضبیه و شهویه است. هر یک از قوای چهارگانه به صورت متعادل در ضمیر انسان نهاده شده و او را در راه رسیدن به کمال یاری می‌کنند، ولی از آنجایی که هر کدام این قوا، دارای یک حد افراط و یک حد تفریط است، پس اگر از حد تعادل خارج شده و زیاده‌روی یا کاستی در آن به وجود آید، باعث بروز مشکلات اخلاقی در فرد می‌شود. بنابراین رستگاری واقعی از آن کسی است که افسار نفس خود را به دست گرفته و از طغیان سرکشی آن جلوگیری کند و اجازه ندهد تا خوبی‌ها در فطرت او مدفون گردد. («دس» به معنای مدفون سازی است. این آیه شریفه

می خواهد بگوید: اگر کسی به خودسازی اقدام نکند، مانند این است که استعدادهای فراوان انسانی خود را در زیر هواهای نفسانی خود مدفون و پنهان ساخته است، چنین کسی حتماً زیان کار خواهد بود)

جالب است بدانید که این مورد، تنها موردی است که در قرآن کریم بیشترین سوگند برای آن یاد شده است. این مطلب نشان از اهمیت خودسازی در هدایت ما دارد. آری، شرط اول برای پرواز به قله سعادت، رها شدن از اسارت نفس خودمان است.

این راه را به پای زمین گیر سر مکن

از خود برون نرفته هوای سفر مکن

موضوع ۲۷: اولین گام خودسازی: مراحل خودسازی: تذکر و بیداری

أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ...

آیا وقت آن نرسیده است که دلهای مؤمنان در برابر ذکر خدا و آنچه از حق نازل کرده است خاشع گردد؟

(حدید، ۱۶)

علمای اخلاق، اولین مرحله خودسازی را «تذکر و بیداری از خواب غفلت» می‌دانند؛ زیرا هر قدر انسان متنبه گردیده و با تفکر، پی به هدف آفرینش خود ببرد، قدم گذاشتن در مسیر خودسازی برای او مهیاتر و سریعتر خواهد بود. چه بسیار افرادی که پس از یک عمر گناه، با دیدن صحنه‌ای یا با شنیدن موعظه‌ای به یک‌باره از خواب غفلت بیدار شده و با عزمی راسخ توبه کردند. در آیه بالا، خداوند راه مقابله با شیطان و وسوسه‌های او را بیداری و تذکر پس از غفلت می‌داند.

حقیقت این است که بسیاری از انسان‌ها در خواب گران و بی‌خبری بزرگی نسبت به حقیقت این عالم و هدف آن به سر می‌برند. آنان به تعبیر قرآن کریم، از دنیای پیرامون خود جز ظاهر آن را درک نکرده و از مقصود اصلی آن غافل شده‌اند: «يَعْلَمُونَ ظَاهِرًا مِّنَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ عَنِ الْآخِرَةِ هُمْ غَافِلُونَ؛ آنها فقط ظاهری از زندگی دنیا را می‌دانند، و از آخرت (و فرجام ابدی جهان) غافلند.»

عاشق شو از نه روزی کار جهان سرآید ناخوانده نقش مقصود در کارگاه هستی

قرآن کریم غافلان را نابینا خوانده است: «مَنْ كَانَ فِي هَذِهِ أَعْمَىٰ فَهُوَ فِي الْآخِرَةِ أَعْمَىٰ وَأَضَلُّ سَبِيلًا؛ کسی که در دنیا نابینا باشد، در آخرت هم کور محشور می‌شود.»

گر نخواستی برد چشمی زین جهان کور میری، کور خیزی جاودان

در جای دیگر، آنان را مرده‌های متحرک می‌داند: «إِنَّكَ لَا تَسْمِعُ الْمَوْتَىٰ وَلَا تَسْمِعُ الدُّعَاءَ إِذَا وَكُفُوا مُدْبِرِينَ؛ مسلماً تو نمی‌توانی سخنت را به گوش مردگان (غافلان) برسانی، و نمی‌توانی ناشنویان را هنگامی که روی برمی‌گردانند و پشت می‌کنند، دعوت کنی!» آری، مرگ حقیقی در منطق قرآن غفلت و بی‌خبری از معارف و حقایق عالم است. پیامبر گرامی اسلام نقل شده است: «النَّاسُ نِيَامٌ فَإِذَا مَاتُوا انْتَبَهُوا؛ مردم در خواب هستند، وقتی مردند، بیدار می‌شوند.»

کنون باید ای خفته بیدار بود چو مرگ اندر آرد ز خوابت، چه سود؟

از همه این‌ها بالاتر، قرآن کریم اساساً وصف انسانیت را شایسته غافلان ندانسته و آنان را پست‌تر از حیوانات می‌داند: «وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَٰئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَٰئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ؛ به یقین، گروه بسیاری از جن و انس را برای دوزخ آفریدیم؛ آنها دلها [عقلها]یی دارند که با آن (اندیشه نمی‌کنند، و) نمی‌فهمند؛ و چشمانی که با آن نمی‌بینند؛ و گوش‌هایی که با آن

نمی شنوند؛ آنها همچون چهارپایانند؛ بلکه گمراه تر! اینان همان غافلانند (چرا که با داشتن همه گونه امکانات هدایت، باز هم گمراهند).» (اعراف، ۱۷۹)

دیدۀ هر که نشد باز در این عبرتگاه روزگارش همه در خواب پریشان گذرد

نگاه کن که امیر مؤمنان (ع) در نهج البلاغه چگونه بر جان آدمی نهیب می زند که: «ای انسان! چه چیز تو را به گناهت جسور کرده است؟ و چیست سبب فریب خوردگی ات در برابر پروردگارت؟ چرا با هلاک کردن نفس خویش، انس و الفت پیدا کرده ای؟ آیا از درد بهبودی نخواهی یافت؟ آیا از خواب گرانی که تو را ربوده است، بیدار نمی شوی؟ آیا به خویش رحمی نخواهی کرد؟ همان رحمی که به دیگران می کنی. چه بسا اگر کسی را ببینی که در گرمای شدید زحمت می کشد، برایش سایبان تهیه می کنی یا اگر بیماری را ببینی که از درد می نالد، بر او ترحم کرده و گریه می کنی؛ پس چه چیز باعث شده که به درد خود صبر نموده و تحمل می ورزی! و چه چیزی تو را درباره نفس خودت - که عزیزترین نفوس برای توست - تسلیت و دلداری داده است؟ ... پس با یک تصمیم، بیماری سستی و بی خیالی خودت را که در دلت راه یافته، مداوا کن و با بیداری، خواب غفلتی را که چشمت را فرا گرفته، معالجه کن.»

کاروان رفت و تو در خواب و بیابان در پیش کی روی؟ ره ز که پرسی؟ چه کنی؟ چون باشی؟

موضوع ۲۸: دومین گام خودسازی: تصمیم و عزم راسخ (مشارطه)

... وَ شَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ (۱۵۹)

و در کارها با آنان مشورت نما، و چون تصمیم گرفتی بر خدا توکل کن، که بی تردید خداوند توکل کنندگان را دوست دارد.

(آل عمران، ۱۵۹)

اولین گام برای تقویت مهارت خودکنترلی، تصمیم درست و اصولی به همراه عزم راسخ است. آیه بالا به گوشه‌ای از این دو مطلب اشاره کرده است. در این آیه خداوند به پیامبر فرمان می‌دهد تا با مؤمنان مشورت کرده و تصمیم نادرست پرهیز کند. سپس هنگامی که عزم جدی بر یک راه حل پیدا شد، بر خدا توکل کرده و آن را انجام دهد. این نسخه درمان همه تردیدهای ما بر سر دوراهی‌های زندگی است.

الف - **تصمیم‌گیری**: احتمالاً شما نیز با این مشکل مواجه شده‌اید که برای انجام کاری تصمیم جدی گرفته‌اید، ولی در ادامه ناموفق شده‌اید و به تدریج از حل آن ناامید شده‌اید. این مشکل بسیاری از ماست. دلیل اصلی این مشکل در موارد زیادی، نداشتن «مهارت تصمیم‌گیری» است. تصمیم‌گیری یعنی انتخاب یک مطمئن‌ترین و مناسب‌ترین راه حل برای یک مسئله یا مشکل. مشخص است که همه ما برای برون‌رفت از چالش‌های زندگی یا انتخاب‌های به این مهارت نیاز داریم.

در فرایند تصمیم‌گیری، اصولی وجود دارد که نباید آن را نادیده گرفت. تصمیم درست و منطقی این است که در ابتدا نسبت به جوانب کار و مطالعه و با کارشناسان مشورت کنیم، سپس راه حل مناسب را انتخاب کنیم، آنگاه موانع پیش رو را شناسایی و برطرف کرده و به صورت و مرحله‌ای و واقع بینانه و با در نظر گرفتن توان خودمان، برنامه‌ریزی کرده و به آن عمل می‌کنیم.

مثلاً به عنوان نمونه، کسی که می‌خواهد خصلت «پر خوری» را از خود دور کند، باید در ابتدا نسبت به این بیماری شناخت علمی پیدا کند که منشأ آن ممکن است اختلالات هورمونی یا افسردگی و عادت اشتباه غذایی یا عدم دسترسی به غذاهای مقوی سالم و ... باشد، سپس با مطالعه و مشورت کارشناسان روان‌درمانی و مذهبی راه حل مناسب را در این می‌بیند که زمان و مکان و نوع وعده‌های غذایی خود را تغییر دهد. آنگاه متوجه می‌شود که در دسترس بودن خوراکی‌های سریع، انگیزه او را برای مفید خوردن کاهش داده است، پس جلوی آن را می‌گیرد و تا مدتی اجازه نمی‌دهد تا این خوراکی‌ها در منزل باشند. در ادامه، یک برنامه چند مرحله‌ای و گام به گام برای حل این مشکل، طراحی کرده و با خود عهد می‌بندد که به آن عمل کند؛ مثلاً تصمیم می‌گیرد در ابتدا نسبت به مصرف چند خوراکی تجدید نظر کرده و به تدریج عادت غذایی خود را تغییر دهد. مثالی که ما زدیم، درباره یک موضوع جسمی بود. درمان بیماری‌های اخلاقی نیز دقیقاً به همین صورت خواهد بود. به این کار، «دوراندیشی در تصمیم» گفته می‌شود. امام علی (ع) فرمود: لا خیر فی عزم بلا حزم. در تصمیمی که همراه با دوراندیشی نباشد خیری نیست.

ب- عزم راسخ: خیلی اوقات شکست‌های ما ناشی از تصمیم غلط نیست؛ بلکه عزم جدی برای انجام آن تصمیم در ما وجود نداشته است. به همین دلیل، داشتن همت و عزم راسخ از مهم‌ترین ویژگی‌های برگزیدگان تاریخ است. خداوند نیز از بهترین انبیاء خود، با عنوان «اولوالعزم» یاد کرده و به رسول گرامی اسلام (ص) تا مانند آنان رفتار کند: «فَصَبِرْ كَمَا صَبَرَ اولوالعزم مِنَ الرُّسُلِ؛ پایدار باش؛ آن گونه که پیامبران دارای عزم راسخ پایداری کردند.» (احقاف، ۳۵)

هم‌چنین، قرآن کریم بارها مؤمنان را به وفاداری به پیمان‌های الهی دعوت کرده است: «أَمَّا يَتَذَكَّرُ اولوالالباب * الَّذِينَ يُوفُونَ بِعَهْدِ اللَّهِ وَ لَا يَنْقُضُونَ الْمِيثَاقَ؛ فقط اهل درایت متذکر می‌شوند؛ همان کسانی که به عهد خود با خداوند وفادار بوده و پیمان‌شکنی نمی‌کنند.» (رعد، ۲۰) مقصود از پیمان‌های الهی، همان «میثاق بندگی» است که در فطرت انسان‌ها نهادینه شده است. این آیات به معنای اهمیت عزم راسخ در تقوا (یا همان مهارت خودسازی) دارد.

آری، زندگی انسان‌های موفق، مرهون همت و عزم جدی آنان بر تصمیم‌های درست بوده است.

مزدور خفته را ندهد مزد هیچکس میدان همت است جهان، خوابگاه نیست

بنابراین، برای دستیابی به مهارت خودکنترلی باید در ابتدا تصمیم گرفت، برنامه‌ریزی کرد و با خود عزم راسخی داشت تا به آن عمل کرد. این مطلب را به گونه‌ای می‌توان با همان «مشارطه» در علم اخلاق، نزدیک دانست. مقصود از مشارطه این است که فرد پس از اینکه انگیزه لازم برای یک عمل را پیدا کرد، برنامه‌ریزی کرده و با خود شرط کند و عزم جدی داشته باشد تا به آن برنامه عمل کند.

نکته مهم دیگر اینکه برای موفقیت در خودسازی، باید از گام‌های کوچک و مقطعی شروع کرده و پیوسته آن را تمرین کرده و هیچگاه ناامید نشویم. مثلاً برای دوری از گناه «چشم چرانی و نگاه حرام» خوب است با خود تصمیم بگیریم که مثلاً تا یک هفته به خودم قول می‌دهم که عمداً نگاه حرام انجام ندهم. سپس به تدریج این بازه زمانی را افزایش دهیم. مراقب باشید که ناامیدی و احساس شکست، بدترین کار ممکن است. هیچ‌گاه ناامید نشوید و دوباره اقدام کنید؛ چه بسا خداوند همین خواست‌های مکرر و بی‌نتیجه ما را ببیند و خودش دل‌های ما را منقلب و بیدار سازد.

موضوع ۲۹: سومین گام خودسازی: کنترل و مراقبت (مراقبه)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ
بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! مراقب خود باشید! اگر شما هدایت یافته‌اید، گمراهی کسانی که گمراه شده‌اند، به شما زیانی نمی‌رساند. بازگشت همه شما به سوی خداست؛ و شما را از آنچه عمل می‌کردید، آگاه می‌سازد.

(مائده، ۱۰۵)

«مراقبه» مهم‌ترین گام برای رشد و کمال اخلاقی است. مراقبه در لغت به معنای «گردن کشیدن برای زیر نظر گرفتن چیزی» می‌باشد. مقصود از این واژه در اصطلاح علم اخلاق و روان‌شناسی نیز، این است که فرد مهارت مواظبت و نظارت بر خود و کارهایش را با تمرین زیاد به دست آورد.

بنا به فرموده قرآن کریم، شاهدان زیادی بر اعمال انسان مراقبت می‌کنند: خداوند، فرشتگان، انبیاء و مؤمنان راستین و حتی زمین و اعضای بدن خود انسان در دنیا شاهد اعمال انسان بوده و در آخرت بر آن گواهی می‌دهند. افراد هوشیار و فرزانه پیش از همه این مراقبان بیرونی، خودشان اقدام به مراقبت درونی از اعمالشان کرده و اجازه نمی‌دهند تا اندیشه و رفتار و گفتارهایشان از کنترل بیرون رفته و غیرقابل مهار باشد. آنان عمر خود را چون الماسی گرانبها پنداشته و چون می‌دانند که راهزنان زیادی برای تاراج این گوهر ارزشمند کمین کرده‌اند، پیوسته از آن مراقبت کرده و حفظ می‌کنند.

در آیه بالا، خداوند به مؤمنان گوشزد می‌کند تا به شدت از تمایلات درونی خود مراقبت کرده و با دشمن درونی خود پیکار کرده و آن را تسلیم خود کنند. تنها در این صورت است که هیچ نیروی بیرونی نیز نخواهد توانست آنان را به گمراهی بکشاند.

تو با دشمن نفس هم‌خانه‌ای چه در بند پیکار بیگانه‌ای؟

اساساً کارکرد اصلی قرآن، همین افزایش حس مراقبت اعمال در بندگان است. آیاتی که درباره علم خداوند، قدرت و انتقام الهی، فلسفه خلقت، شناخت شیطان، سرگذشت کافران، یادآوری نعمت‌های الهی و تعداد بسیار زیادی از موضوعات به دنبال این هدف است که بندگان یا یادآوری و تفکر درباره این حقایق، با تمایلات نفسانی و وسوسه‌های شیطان مبارزه کرده و تسلیم نگردند.

مراقبه شاید در ابتدا سخت و بی‌فایده به نظر برسد، اما با شروع آن و مشاهده اثرات مثبتی که بر ذهن و جسم دارد، به انجام آن ترغیب می‌شوید. برای شروع می‌توانید از روزی دو دقیقه شروع کنید.

ما در فصل بعد، به مهارت خودکنترلی یا تقوا اشاره خواهیم کرد که به تکمیل این بحث کمک زیادی خواهد کرد.

موضوع ۳۰: چهارمین گام خودسازی: حسابرسی و نظارت (محاسبه)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ * وَ لَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ

ای اهل ایمان! از خدا پروا کنید؛ و هر کسی باید با تأمل بنگرد که برای فردای خود چه چیزی پیش فرستاده است، و از خدا پروا کنید؛ یقیناً خدا به آنچه انجام می‌دهید، آگاه است. * و مانند کسانی مباشید که خدا را فراموش کردند، پس خدا هم آنان را دچار خودفراموشی کرد؛ اینان همان فاسقان‌اند.

حشر، ۱۸ و ۱۹

روشن است که اصلاح نفس و پیراستگی از صفات بد، جز با برنامه‌ریزی و مراقبت و ارزیابی امکان‌پذیر نیست. از این رو، «محاسبه اعمال» یکی از مراحل مهم تهذیب نفس، بعد از مشارطه و مراقبه است. مراد از محاسبه اعمال این است که انسان هر شب و روز به سنجش و ارزیابی اعمال خویش بپردازد تا برایش روشن گردد که تا چه اندازه به برنامه خودسازی خود نزدیک شده است. امام علی(ع) می‌فرماید: **الدُّنْيَا مَتَجَرُّ أَوْلِيَاءِ اللَّهِ؛** دنیا تجارت خانه اولیای خداست. آری، اولیای الهی دنیا را تجارت‌خانه‌ای می‌دانند که نمی‌توان روزها را بدون حساب و کتاب و سال‌ها را بدون بیلان و ترازنامه مثبت تجاری سپری کرد و در نهایت، سودی و منفعتی توقع داشت.

امیر مؤمنان علی(ع) می‌فرماید: «هر کس دو روزش مساوی باشد، زیان کرده است.» این حدیث نشان‌دهنده اهمیت محاسبه است؛ زیرا بدون محاسبه و ارزیابی روزانه از عملکرد نیک و بد خودمان، نمی‌توانیم آن را با روزهای دیگر سنجیده و از پیشرفت یا عقب‌گرد خودمان مطلع شویم.

پیامبر گرامی اسلام نیز در حدیث مشهوری فرمودند: «**حَاسِبُوا قَبْلَ أَنْ تُحَاسِبُوا؛** به حسابتان رسیدگی کنید؛ پیش از آن که به حساب شما رسیدگی شود.» آری، چگونه است که اگر دانش‌آموزی که پیش از دادن برگه امتحان، آن را بازبینی نکند، او را سرزنش می‌کنیم که «چرا یکبار دیگر آن را نخواندی و به درستی جواب‌هایت مطمئن نشدی؟»؛ اما خودمان نسبت به اعمالمان بی تفاوت هستیم. چه چیز ما را از عدالت خداوند ایمن ساخته است؟! آیا نمی‌دانیم که فردای قیامت به اعمالمان رسیدگی می‌شود؛ بلکه نامه عملمان را به دست خودمان داده و می‌گویند: «**اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا؛** نامه اعمالت را بخوان. امروز خودت برای حسابرسی به آن کافی هستی.»

کنون کرد باید عمل را حساب نه وقتی که منشور گردد کتاب

از جمله فواید محاسبه نفس آن است که وقتی انسان به لغزش‌های خود پی برد، اولاً به جای پرداختن به عیوب دیگران، کارهای بد خودش، در نظرش بزرگ جلوه داده شده و سبب دوری از غرور و فخرفروشی و خودپسندی می‌شود. ثانیاً پیش از آن که آن صفت زشت در جان فرد رسوخ کرده و عادت شود، فرصت توبه و جبران سریع را به فرد عطا می‌کند. امام صادق(ع) فرمودند: "هر گاه شخص گناهی کند، در دلش نقطه سیاهی برآید، پس اگر توبه کند محو شود و اگر بر آن گناه بیفزاید، آن سیاهی فزونی گیرد تا بر دلش چیره گردد و هرگز رستگار نشود.

همچنین توفیق شکرگزاری برای نعمت‌ها و کارهای خوب را فراهم کرده و از همه مهم‌تر، دید او را نسبت به دنیا و فرصت عمر تغییر داده و آن را از خوابگاه و تفرجگاه، به میدان مسابقه و تجارت برای سودآوری بیشتر تبدیل می‌کند.

آیه بالا به موضوع محاسبه پرداخته است. در این آیه از مؤمنان خواسته شده تا ضمن رعایت تقوا، خوب بنگرند که برای زندگی ابدی خود چه پیش فرستاده‌اند و مانند کسانی نباشند که سزای غفلت و بی‌توجهی‌شان به خدا، این است که خود واقعی‌شان را فراموش کرده و صبح تا شام به هر چیزی جز سعادت حقیقی خود مشغول شده‌اند. آری، بدترین کیفر خدا این است که انسانرا از اصلی‌ترین نیازهای خود غافل کرده و به خود واگذارد. قرآن کریم بارها از این حقیقت پرده برداشته است که با مجرمان این چنین می‌کند. «فَنذَرُ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ؛ پس کسانی را که به دیدار ما [و محاسبه شدن اعمالشان را] امید ندارند، و می‌گذاریم تا در طغیانشان سرگردان بمانند.»

گفتنی است در این آیه دو بار بر تقوای الهی تأکید شده است؛ یکبار پیش از محاسبه و یکبار پس از آن. تقوای اول اشاره به همان مرحله مراقبه و کنترل نفس است که مقدم بر مرحله محاسبه است؛ یعنی قبل از آن که نوبت محاسبه برسد، باید در هنگام عمل دقت و پرهیز لازم را داشته باشد. اما تقوای دوم که بعد از محاسبه است، می‌خواهد این نکته را بفهماند که در هنگام محاسبه، از خدا پروا داشته باشید و از خوش‌بینی افراطی و توجیه اعمالتان پرهیز کنید.

خوشا به حال کسی که برای خود دفترچه یادداشتی داشته باشد و در پایان روز، لااقل لحظاتی را با خود خلوت کرده و کارهای روزش را بررسی کند و با خود بگوید: حال که یک روز دیگر از عمرم گذشت، با این سرمایه گرانبها چه چیز خریدم؟ آیا در قبال آن، متاعی ارزشمند به دست آوردم و آیا دوباره روزم را به غفلت سپری کردم؟ چقدر در راه خدا قدم برداشتم؟ آیا با سخنانم دل کسی را نشکستم؟ آیا اندوهی را از دل مؤمنی برطرف ساختم یا باز هم دل کسی را شکستم؟... سپس خود را سرزنش و عتاب کند که چرا هنوز غافلی و چه‌نشسته‌ای؟ عمرت در بی‌خبری تباہ شد و چگونه است که خداوند تو را بر سفره قرآن و اهل بیت (ع) دعوت کرده و تو از این موهبت بی‌بهره مانده‌ای و تمام هم و غم خود را دنیا و لذت‌های مادی گرفته است؟

آن‌گه رسی به خویش که بی‌خواب و خور شوی

خواب و خورت ز مرتبه خویش دور کرد

فصل ششم: مهارت خودکنترلی

خودکنترلی یکی از مهم‌ترین مهارت‌های زندگی است که امروزه دانشمندان زیادی به اهمیت آن پی برده‌اند. مقصود از این مهارت آن است که فرد بتواند در مقابل هیجانات و وسوسه‌های درونی و بیرونی خویشتن را مهار کرده و مدیریت کند.

اگر می‌خواهید اهمیت این مهارت را بدانید کافی است به سرگذشت تبهکاران مراجعه کنید. اغلب افرادی که به مصرف مواد مخدر روی آورده یا به اموال دیگران دستبرد می‌زنند، از لحظه‌ای یاد می‌کنند که برای نخستین بار این کارها را شروع کرده و در مقابل وسوسه یا دعوت دوستانشان، نتوانسته مقاومت کنند. کنترل خشم و بددهنی، مهار غریزه شهوانی و چشم‌چرانی، پرهیز از پرخوری و تلاش برای کاهش وزن، پرهیز از عادات زشت یا دوستی‌های ناباب و بسیاری از آسیب‌های فردی و اجتماعی تنها زمانی از بین می‌رود که این مهارت را در خود ایجاد کنیم.

دانشمندان راه کارهای گوناگونی برای تقویت مهارت خودکنترلی یا همان تکنیک «نه گفتن» ارائه کرده‌اند. آیات زیادی از قرآن به این مهارت اشاره کرده است. فضیلت «تقوا و پرهیزکاری» یا «تزکیه و خودسازی» نیز در حقیقت، به دنبال ایجاد همین مهارت است.

در این فصل، با اهمیت و مراحل خودسازی آشنا می‌شویم:

موضوع ۳۱: اهمیت تقوا و پرهیزکاری (مهار نفس)

... وَ لِبَاسِ التَّقْوَى ذَلِكَ خَيْرٌ ...

و لباس پرهیزکاری بهتر است!

(اعراف، ۲۶)

با وجود اینکه واژه «تقوا» در متون دینی ما بسیار به کار رفته است، ولی بسیاری از افراد هنوز با معنای دقیق و کارکرد تقوا آشنا نیستند. تقوا همان خودکنترلی است؛ یعنی توانایی پرهیز کردن؛ یعنی همان تکنیک «نه گفتن». کارکرد تقوا هم به هیچ وجه فردی نیست؛ بلکه هم فردی و هم اجتماعی است. به عبارت دیگر، جامعه باتقوا نه فقط در اخلاق اجتماعی نیکو می‌باشد؛ بلکه در اقتصاد و سیاست و فرهنگ و آموزش و همه ابعاد زندگی نیز پیشرو و پویاست؛ چون توانسته خود را از آسیب‌های اقتصادی و سیاسی و فرهنگی و ... در امان نگاه دارد. با این بیان روشن می‌شود که تقوا و پرهیزکاری چه معنای وسیع و اثرگذاری در زندگی ما دارد و حتی افراد غیرمتعهد و جوامع سکولار هم به آن نیاز دارند. بر این اساس، تقوا و پرهیزکاری ظاهراً محدودیت است؛ ولی در واقع، مصونیت است؛ مثل اینکه پوشیدن کفش در ظاهر محدودیتی برای انسان ایجاد می‌کند، ولی فواید زیادی دارد و سبب حفظ پا از کثیف شدن و زخمی شدن است.

به همین جهت، بیشترین فرمان قرآن کریم به رعایت تقوا اختصاص یافته است؛ یعنی مراقب باشید تا سراغ هر اندیشه‌ای نروید؛ هر حرفی را بر زبان نیاورید؛ به هر چیزی گوش ندهید؛ وارد هر محفلی نشوید؛ با هر کسی دوست نشوید و خلاصه هر کاری انجام ندهید؛ بلکه در تمام این موارد، برای خودتان قیود و تعهداتی بر اساس دین قرار داده و به آن عمل کنید. این معنای تقواست. تقوا درست در نقطه مقابل «بی‌بند و باری» است که در زبان دین، به آن «فُجور» گفته می‌شود: «فَالْهَمَّهَا فُجُورُهَا وَ تَقْوَاهَا» (شمس، ۸)

به بیان ساده‌تر، تقوا مثل ریلی می‌باشد که بر قطار اعمال خود قرار داده اید تا روی آن و در چهارچوب آن حرکت کند. آیا وجود ریل سبب کند شدن حرکت قطار می‌شود؟ مسلماً خیر. انسان بی‌بند و بار مانند قطاری است که از ریل خارج شده است؛ ممکن است آزاد باشد، اما هیچ‌گاه به مقصد نمی‌رسد.

قرآن کریم، زیباترین تعابیر را درباره تقوا به کار برده است. در جایی، تقوا را برترین توشه دانسته و به انسان‌ها توصیه می‌کند تا می‌توانند از این توشه بردارند: «وَ تَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى؛ و زاد و توشه تهیه کنید، که بهترین زاد و توشه، پرهیزکاری است! (بقره، ۱۹۷)»

این نه راهیست که هر روز، توان آمد و رفت

زاد فردای خود، امروز از اینجا بردار

و در جای دیگر، تقوا را معیار ارزش‌گذاری انسان‌ها دانسته و بر تمام برتری‌های موهوم مادی و مقامی و علمی و جسمی و نژادی و ... خط بطلان کشیده است: « إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ »، گرامی‌ترین شما نزد خداوند با تقواترین شماست. حجرات، ۱۳»

شاید تاکنون با پرسش‌های زیادی درباره فلسفه و جوب برخی احکام مواجه شده‌اید که چرا خداوند فلان حکم را بر ما واجب کرده و برای ما محدودیت ایجاد کرده است؟ پاسخ این است که هدف اصلی بسیاری از احکام دینی، تمرین تقوا و خودنگه‌داری است؛ مثلاً روزه پرهیز کردن از خوردن و آشامیدن و برخی کارها در یک مدت زمان معین است. این فریضه برای این واجب شده است تا مؤمنان توان «نه گفتن» به خواسته‌های نفسانی را به دست بیاورند. (آیه ۱۸۳ بقره، حکمت و جوب روزه را تقوا می‌داند.)

به همین دلیل است که قرآن کریم آثار فراوانی را برای تقوا شمرده است: بصیرت و روشن‌بینی، نزول رحمت و برکات الهی، گشایش رزق و روزی، آمرزش گناهان و غلبه بر دشمنان از جمله این آثار است.

از میان همه تعبیرات و آثاری که قرآن برای تقوا به کار برده، آیه بالا جایگاه ویژه‌ای دارد. در این آیه، خداوند در ضمن بالاترین معانی را تمثیلی زیبا برای تقوا به کار برده و آن را به بهترین لباس برای انسان‌ها دانسته است؛ یعنی همانطور که لباس سب زینت انسان و حفظ او از سرما و گرما و آسیب‌های بیرونی است، تقوا و پرهیزکاری نیز علاوه بر پوشانیدن بشر از زشتی گناهان و حفظ او از خطرات فردی و اجتماعی، زینت شخصیت و سبب رسیدن او به سعادت است.

از هوس‌ها دور شو، کاندرا طریقِ زندگی
ره کجا سویِ سعادت می‌برند اهلِ هوس

موضوع ۳۲: معنا و گستره تقوا

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا (۳۶)

از آنچه به آن آگاهی نداری، پیروی مکن، چرا که گوش و چشم و دل، همه مسئولند.

(اسراء، ۳۶)

تقوا به معنای عام کلمه لازمه زندگی هر فردی است که می خواهد انسان باشد و تحت فرمان عقل زندگی کند و از اصول معینی پیروی نماید. تقوای دینی و الهی یعنی اینکه انسان خود را از خطا و گناه و پلیدی، حفظ و صیانت کند و مرتکب آن‌ها نشود.

تقوا گستره زیادی دارد و همه شئون زندگی را شامل می شود.

امیرالمؤمنین (ع) تقوا را آزادی از هر گونه رقیب و بردگی می داند. این بیان به خوبی بیانگر گستره تقوا در زندگی است. فرد متقی به چیزی و امदार نیست و از کسی فرمان نمی برد. در نتیجه، با اختیار تصمیم گیری کرده و خویشتن را مسئول همه رفتارهای خود می داند. اگر بخواهیم تقوا را به خوبی متوجه شده و از کوتاه نگری درباره آن پرهیز کنیم، باید بگوییم: «تقوا، یعنی احساس مسئولیت در برابر هر رفتار آگاهانه فردی و اجتماعی»

حالا خوب متوجه می شویم که تقوا یکی از حقایق زندگی است و هیچ چیزی دیگر نمی تواند جای آن را بگیرد.

در دیدگاه اسلام انسان در برابر همه اختیارات خود مسئول است. این چنین نیست که خداوند آدمی را وانهاد و رفتارهای او را مورد عتاب قرار نمی دهد؛ بلکه گوش و چشم و دست و زبان و فکر و قلب او باید پاسخگوی اعمال خود باشند. آیه ۳۶ اسراء بر همین اصل مهم تأکید دارد.

تصور کنید اگر این رویکرد در زندگی هر کسی حکمفرما شود که در برابر رفتارهای خود مسئول است، چقدر از مشکلات اجتماعی و اقتصادی و سیاسی جامعه برطرف خواهد شد. جامعه باتقوا آن است که در آن کارگر، جنس بی کیفیت تولید نکند و کارمند از وظیفه خود شانه خالی نکرده و معلم در تدریس و آموزش و دلسوزی نهایت تلاش را داشته باشد.

با توضیحی که دادیم روشن شد که وقتی قرآن در آیات متعدد از جمله آیه ۹۶ اعراف، وعده می دهد تقوای جمعی سبب افزایش روزی و برکات یک جامعه می شود، معنایش فقط نماز و روزه و دعا و ... نیست؛ بلکه جامعه متقی؛ یعنی اجتماعی که همه خود را در برابر رفتارهایشان مسئول ببینند.

هم چنین فهمیدیم که چرا برخی جوامع غربی دارای سامان و رفاه بهتر هستند؟ یکی از دلایل آن این است که آنان به برخی وجوه عام تقوا (یعنی همان مسئولیت پذیری در برابر رفتارها) پایبند هستند.

موضوع ۳۳: آثار تقوا

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَتَّقُوا اللَّهَ يَجْعَلْ لَكُمْ فُرْقَانًا وَيُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ وَاللَّهُ ذُو

الْفَضْلِ الْعَظِيمِ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! اگر از (مخالفت فرمان) خدا بپرهیزید، برای شما وسیله‌ای جهت جدا ساختن حق از باطل قرار می‌دهد؛ (روشن‌بینی خاصی که در پرتو آن، حق را از باطل خواهید شناخت؛) و گناهانتان را می‌پوشاند؛ و شما را می‌آمرزد؛ و خداوند صاحب فضل و بخشش عظیم است!

(انفال، ۲۹)

تقوا آثار فردی و اجتماعی بسیاری دارد. مهم‌ترین این آثار، توانایی تشخیص حق از باطل است. فرد پرهیزکار از چنان نیرویی بهره‌مند می‌گردد که توانایی تشخیص سره از ناسره را در وجود خویش می‌یابد. این امر بدان جهت است که آنان ریشه‌های انحراف را در وجود خود از بین برده و دیده بصیرتشان کامل گشته است. از این رو، اسیر هوا و هوس نشده و دچار لغزش‌های نفسانی نخواهند شد. گفتنی است در آیه فوق، پوشیده شدن گناهان و آمرزش آن نیز از آثار تقوا شمرده شده است.

اگر انسان متقی باشد، روشن بین تر است؛ زیرا تقوا صفای روح می‌آورد. وقتی تقوا باشد، طمع نیست، عُجب نیست، هوا و هوس نیست. این‌ها همه منشأ تاریکی و جهالت‌هاست. شما اگر نسبت به موضوعی تعصب بورزید نمی‌توانید آن را آن طوری که هست بگیرید. تقوا گرد و غبار تعصب را پاک می‌کند، کینه‌توزی را فرو می‌نشاند، در نتیجه عقل، آزاد فکر می‌کند.

حقیقت سرایی است آراسته هوا و هوس گرد برخاسته

نبینی که هر جا که برخاست گرد نبیند نظر گر چه بیناست مرد

امام باقر(ع) فرمود: «خداوند به وسیله تقوا بنده را از آنچه که عقلش به آن نمیرسد، حفظ و کوردلی و نادانی او را بر طرف می‌سازد.»

تقوا و خداترسی علاوه بر آثار معنوی فراوان، آثار محسوس دنیوی نیز دارد. یکی از این آثار، آن است که خداوند درهای رحمت خود را از راهی که خود پرهیزکاران نیز احتمالش را نمی‌دهند، بر آنان گشوده و مشکلات و تنگناییشان را برطرف می‌سازد. توضیح آن که تمام موجودات هستی و به طور کلی، نظام خلقت بر اساس حقّ (پذیرش فرمان خداوند و اطاعت از او) آفریده شده است (حجر/۸۵) و متقین چون در مسیر روشن و متناسب با نظام خلقت قدم بر می‌دارند، از برکات آن متنعم و مشمول ناملایمات نمی‌گردند.

یکی دیگر از آثار تقوا - که هم در دنیا و هم در آخرت وجود دارد - آسان شدن کارها و پیشرفت سریع آن است. مشابه این مطلب در آیه ۷ سوره لیل نیز آمده است. حقیقت این مطلب از این قرار است که خداوند به وسیله تقوا و خداترسی

فطرت و ضمیر فرد را روشن می سازد تا همواره آسان ترین راه و طریقه را - که همان راه حق است - برگزیند. هم چنین اسباب و وسایل لازم را در اختیار او قرار می دهد تا انجام این گونه اعمال را برایش آسان سازد.

خداوند در انتهای آیه ۲ سوره طلاق یکی از مهم ترین آثار تقوا را گشایش روزی می داند: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا؛ هر کس که تقوای خدا داشته باشد، خداوند برای او راه بیرون شدن از سختی ها و شدائد را قرار می دهد.» (طلاق، ۲) هم چنین در آیه ۴ همان سوره، آسانی در کارها را یکی دیگر از آثار تقوا معرفی می کند: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا؛ هر کس که تقوای الهی داشته باشد خداوند یک نوع سهولت و آسانی در کار او قرار می دهد.» (طلاق، ۴)

موضوع ۳۴: ایجاد زمینه‌های تقوا و دوری از گناه

إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ

پرهیزگاران هنگامی که گرفتار وسوسه‌های شیطان شوند، بیدار و متذکر گشته و ناگهان بینا و با بصیرت می‌گردند.

(اعراف، ۲۰۱)

برای ایجاد زمینه‌های تقوا باید نکات زیر را مد نظر داشت:

۱- «عالم محضر خداست در محضر خدا معصیت نکنیم»

توجه کامل به این جمله زیبای امام خمینی (ره)، می‌تواند انسان را به طور کامل از ارتکاب به گناه بر حذر دارد. با این وجود در دنیای امروز، تاثیر جمله «این مکان مجهز به دوربین مداربسته است»، از جمله «عالم محضر خداست در محضر خدا معصیت نکنیم» بیشتر است؛ زیرا انسان مطمئن است که در صورت ارتکاب یک خطا و دیدن آن توسط دوربین، با او برخورد شده و آبرویش می‌رود؛ اما خدا ستار العیوب است و آبروی فرد را حفظ می‌کند. خدا در قرآن می‌فرماید:

«أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى» یعنی آیا نمی‌دانند خدا می‌بیند؟

۲- امان ز لحظه غفلت که شاهد هستی

۲- هیچ گناهی کوچک نیست.

در احادیث ما از این قضیه نهی شدید شده است. به کوچکی گناه نگاه نکن. به بزرگی آن کس که نافرمانیش کردی نگاه کن. امیرالمؤمنین علی (ع) فرمودند: «شدیدترین گناه آن است که صاحبش آن را کوچک بشمارد.»

علت این امر بزرگی و عظمت مقام خداوند می‌باشد. برای روشن شدن موضوع، به این مسئله توجه کنید که بی ادبی یک انسان نسبت به دوستان نزدیکش و یا گوش نکردن به حرف آنها، قابل بخشش است و زشتی آن خیلی زیاد نیست. اما اگر همین کار را در مقابل یکی از اساتیدش انجام دهد، زشتی بیشتری دارد و از آن زشت تر این است که مثلاً این کار را در مقابل یک مرجع تقلید و یا شخص دیگری که احترام زیادی دارد انجام دهد. و به همین صورت هر چه مقام و احترام شخص مقابل بیشتر شود، زشتی بی ادبی و نافرمانی در برابر او هم افزایش می‌یابد. حال تصور کنید که اگر شخصی که نسبت به او بی احترامی می‌شود و از او امر او سرپیچی می‌شود، کسی باشد که بزرگتر از آن است که قابل توصیف باشد و بزرگی و مقام و توانایی‌ها و حتی وجود همه موجودات از جانب اوست و نعمتهای بی شماری را به انسان ارزانی داشته است، زشتی این عمل چقدر افزایش می‌یابد. امام رضا (علیه السلام): گناهان کوچک راه را به گناهان بزرگ را باز می‌کنند، هر کس در معصیت کوچک از خداوند نترسد در معصیت‌های بزرگ هم نخواهد ترسید. پس با این دید، در می‌یابیم که در مقابل عظمت خداوند، هیچ گناهی کوچک و بی اهمیت نیست.

۳- اصرار بر گناه نکنید:

افراد که بر گناهی اصرار دارند نباید فکر کنند خطای آنها در همین حد باقی می‌ماند؛ بلکه اصرار بر گناه و عدم بازگشت به سوی خدا باعث می‌شود انسان روز به روز زشتی گناه را کمتر ببیند و بیشتر به بدی‌ها میل پیدا کند. در نتیجه انسان مرتکب گناهان بزرگتری شده و در نهایت به بزرگترین گناه یعنی تکذیب آیات خدا و استهزاء آنها می‌رسد. «ثُمَّ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ أَصَابُوا السُّوْأَىٰ أَنْ كَذَّبُوا بِآيَاتِ اللَّهِ وَكَانُوا بِهَا يَسْتَهْزِئُونَ: سپس عاقبت کسانی که کارهای زشت انجام دادند این شد که آیات خدا را تکذیب کردند و آن‌ها را مسخره می‌کردند.» (روم، ۱۰)

نقل شده که رسول خدا (صلی الله علیه و آله) در زمین بی گیاهی فرود آمد و به اصحابش فرمود: «قدری هیزم بیاورید!» گفتند: «یا رسول الله! در زمین بی گیاه آمده‌ایم، در اینجا هیزم نیست.» حضرت فرمود: «هر کس هر چه پیدا کرد بیاورد، سپس آن‌ها کم کم هیزم آوردند و در برابر آن حضرت انباشته کردند.» رسول خدا (ص) فرمود: «گناهان نیز این گونه جمع می‌شود.»

۴- ورودی‌ها را کنترل کنید:

یکی از راه‌های اصلی جلوگیری از ارتکاب گناه، کنترل ورودی‌های بدن می‌باشد. این ورودی‌ها هم مواد غذایی و خوراکی‌ها را شامل می‌شود و هم مطالب و محسوساتی که از طریق حواس پنج گانه خود دریافت می‌نماییم. توجه به این نکته ضروری است که خوردن مال حرام، ارتکاب به گناه را آسان‌تر خواهد کرد و کسی که خود از مال حرام استفاده کرده است و اسباب و وسایل استفاده عده‌ای از این مال را فراهم آورده است، در واقع، زمینه ارتکاب گناه را فراهم آورده است. به این دلیل است که امام حسین (ع)، اصلی‌ترین علت دشمنی سپاه عمر بن سعد با خود و نپذیرفتن صحبت ایشان را، خوردن مال حرام می‌داند.

نکته لازم به ذکر این است که فهم دشمن از تاثیر مال حرام بر روحیه و اعتقادات مسلمانان باعث گردیده است که به طراحی سیستم‌هایی اقدام نماید که مال حرام را وارد زندگی مسلمانان نموده و اموال مسلمانان را آلوده به ربا و نزول نماید.

مصدق دیگر کنترل وردی‌ها می‌تواند ورودی چشم و گوش باشد. نه تنها باید از ورود نگاه حرام جلوگیری نماییم بلکه باید به این مهم توجه داشته باشیم که از ورود داده‌هایی که فی نفسه حلال است اما تمایل و کشش رسیدن به آن‌ها، زمینه ارتکاب گناه را در ما فراهم می‌آورد اجتناب نماییم. مانند کسی که تمایل بسیار زیاد به داشتن ماشین‌های مدرن و گران قیمت باعث رفتن او به سمت کسب مال حرام می‌شود. بنابراین باید به ورودی‌های بدن توجه داشت و آنها را کنترل کرد تا زمینه ارتکاب گناه در ما پدیدار نگردد.

ز دست دیده و دل هر دو فریاد که هر چه دیده بیند دل کند یاد

۵- بسیار به یاد مرگ بیفتید:

یکی از تأثیرگذارترین این موضوعات قرآنی، یادآوری مرگ و حسابرسی روز جزاست که به همین خاطر، در انتهای آیه بالا هم به آن اشاره شده است. خداوند در آیه ۲۶ سوره صاف، دلیل اصلی پیروی از هوا و هوس و گمراهی را، فراموشی حسابرسی اعمال در روز قیامت می داند: «وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَى فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ الْأَذِينَ يَضِلُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ؛ و از هوای نفس پیروی مکن که تو را از راه خدا منحرف سازد؛ کسانی که از راه خدا گمراه شوند، عذاب شدیدی به خاطر فراموش کردن روز حساب دارند.» یاد مرگ بسیار تأثیرگذار است. امام علی (ع) می فرماید: «كُفِيَ بِالْمَوْتِ وَاعِظًا؛ وجود مرگ برای اندرز به انسان کافی است.»

اگر انسان بداند عملش زنده است و از بین نمی رود و همیشه با اوست، پس بار سنگین گناه را بر دوش نمی کشد. هیچ موجودی در عالم معطل و بیکار نیست. این مهم تر از قانون «بقای انرژی و ماده» است که توسط نیوتن کشف شد. این قانون «بقا و همراهی عمل با انسان» است.

متأسفانه بسیاری از ما نسبت به مرگ بی تفاوت هستیم و از آن غافل هستیم. آمادگی برای مرگ همیشه خوب است. مثل راننده ای که وقتی تابلو «خطر احتمالی تصادف» را می بیند، با احتیاط بیشتر رانندگی می کند، ما نیز در همه کارهایمان تابلوی «خطر احتمالی مرگ» را نصب کرده و آن را با احتیاط بیشتری انجام دهیم. گمان نکنید این باعث افسردگی و ترک دنیا می شود. مقصود از این آمادگی، رها کردن دنیا و خوشی های آن نیست. اتفاقاً بعد از این هشدار، دنیا در نظر ما بسیار پرارزش و لذت بخش خواهد بود. چگونه است که وقتی یکی از عزیزان خود را از دست می دهیم، آرزو می کنیم تا لا اقل یک بار دیگر - حتی برای لحظاتی - به دنیا برگردد و ما از او دلجویی کرده یا ابراز محبت بیشتری به او بکنیم. این در حالی است که خداوند سالها این فرصت را به ما داده بود. اما چون مرگ را از واقعیت های زندگی مان حذف کردیم، قدر عزیزانمان و این فرصت خدادادی را ندانستیم.

بزرگی می گفت: «اگر می خواهی به سعادت برسی، هر شب که می خواهی بخوابی، با خودت بگو کار نکرده ای ندارم که الآن بتوانم انجام بدهم؟! آیا کسی را نیاز رده ام که در همین فرصت کم بتوانم از آن دلجویی کنم؟! از آخرین فرصت توبه خود استفاده کنید. با خود بگویید معلوم نیست خدا دوباره به من فرصت جبران دهد. این راز خودسازی و تقواست.»

ای برادر من تو را از زندگی دادم نشان خواب را مرگِ سبک دان، مرگ را خوابِ گران

فصل هفتم: مهارت آرامش، رضامندی و شادکامی

دنایای امروز پر از رنج‌ها و نگرانی‌ها و افسردگی‌ها و بیماری‌های روحی است. بشر هر چقدر در رفع آلام و بیماری‌های جسمی توفیق یافته است، در برابر طوفان برآمده از اضطراب‌های درونی و ناشناخته انسان ناتوان بوده است. همیشه آرامش یکی از گمشده‌های مهم بشر بوده و به هر دری می‌زند تا آن را پیدا کند. به طور کلی آرامش و دلهره، نقش بسیار مهمی در سلامت و بیماری فرد و جامعه و سعادت و بدبختی انسانها دارد و چیزی نیست که بتوان از آن به آسانی گذشت و به همین دلیل تاکنون کتابهای زیادی نوشته شده که موضوع آنها فقط نگرانی، راه مبارزه با آن و طرز بدست آوردن آرامش است. دانشمندان و محققان علوم روان‌شناسی و جامعه‌شناسی نیز، «حسّ معنوی» را برترین احساس آدمی برای افزایش امید به زندگی و مقابله با استرس و بیماری‌های روحی دانسته‌اند؛ ولی دریغ آن‌که این یافته علمی در صحنه عمل برای افراد جامعه بروز نیافته است و روز به روز شاهد رشد چشمگیر بیماری‌های روحی از قبیل افسردگی و سرخوردگی، انزوای طلبی و بیهودگی و ... در جوامع پیشرفته هستیم.

مهارت نشاط و شادکامی، از بایسته‌ترین مهارت‌های زندگی است. اکثر افراد شادی و نشاط را در یک سری کارهای خاص می‌دانند. شادی در کنار غم دو بال احساس آدمی هستند. اسلام نه تنها با شادی و نشاط مخالف نیست؛ بلکه کلیدهای طلایی برای افزایش نشاط در زندگی معرفی می‌کند.

در این فصل بنا داریم تا راز به دست آوردن آرامش و شادکامی را در قرآن جستجو کنیم:

موضوع ۳۵: یاد خدا

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

آنها کسانی هستند که ایمان آورده‌اند، و دل‌هایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است؛ آگاه باشید، تنها با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد!

(رعد، ۲۸)

قرآن کریم، اولین و عالی‌ترین دست‌آویز برای پیشگیری و درمان بیماری‌های روانی را «یاد خدا» می‌داند. این حقیقت در یک جمله کوتاه و پرمغز، این‌چنین بیان شده است: «بدانید که فقط با یاد خدا دل‌ها آرام می‌گیرد.»

بر اساس آیات قرآن، منبع اصلی آرامش و سکون قلبی، خداوند است: «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ. خداوند، آرامش را بر دل‌های مؤمنان نازل کرد تا بر مراتب ایمان خود بیفزایند.» (فتح، ۴)

پس اگر کسی به دنبال آرامش است، باید باید خویشتن را به منبع اصلی آن متصل گرداند تا خداوند وی را از اسباب اسباب غم و نگرانی رها سازد. آری، کسی که دل در گرو خداوند بخشنده و بنده‌نواز سپرده و قلبش را با یاد آفریدگار روزی دهنده و دادگستر آباد کرده، از هیچ تندبادی نمی‌هراسد و نگران هیچ رویداد ناگواری نخواهد بود.

مرغ دل ما را که به کس رام نگردد آرام توئی، دام توئی، دانه توئی تو

در طرف مقابل، کسی که از یاد خداوند در زندگی خود رویگردان شده و تمام هم و غم خود را دلخوشی‌های زودگذر دنیوی قرار داده است، چاره‌ای جز تجربه غم و اندوه و زندگی سخت نخواهد داشت: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا؛ و هر کس از یاد من روی گردان شود، زندگی (سخت و) تنگی خواهد داشت.» (طه، ۱۲۴)

این اضطراب به این خاطر است که غافلان یا برای رسیدن به خوشی‌های بیشتر حرص می‌خورند و یا از ترس پایان خوشی‌هایشان، نگران و مضطرب می‌شوند. چنین افرادی، به مانند تشنه‌گامانی هستند که در بیابان، به دنبال آب می‌دوند تا از عطش خود اندکی بکاهند، ولی جز سرابی از آمال و آرزوهای دست‌نیافتنی مشاهده نمی‌کنند. مگر نه این است که مطالعه تاریخ و عبرت از زندگی پیشینیان، به ما اثبات می‌کند که آرامش و نشاط واقعی و پایدار، نه در مال و ثروت به دست آمده؛ نه در جوانی و زیبایی؛ نه در شهرت و اعتبار اجتماعی؛ نه در قدرت و مقام سیاسی؛ و نه در هیچ چیز دیگری بجز ایمان و یاد خدا:

جهان ای برادر نماند به کس دل اندر جهان آفرین بند و بس

یاد خداوند نه تنها به خودی خود سبب آرامش دل می‌گردد؛ بلکه موجب نزول آرامش بیشتر و رحمت از سوی خداوند نیز خواهد شد: «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ؛ او کسی است که آرامش را در دل‌های مؤمنان نازل کرد...» (فتح، ۴)

شایسته است در اینجا به دو راه ارتباطی مهم برای یادکردن خداوند اشاره کنیم که از قضا تأثیر زیادی بر آرامش آدمی نیز دارد.

۱- نماز: جایگاه نماز در همه ادیان الهی والا و برجسته بوده است. مهم ترین فلسفه نماز، همانا یاد کردن از خداوند می باشد: « وَ أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدِكْرِي؛ و نماز را برای یاد من بپا دار.» به دلیل همین احساس آرامش و استعانت از خداوند است که خداوند به مؤمنان توصیه می کند تا هنگام مشکلات، از نماز یاری بجویند: « وَ اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلَاةِ وَ إِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ؛ از صبر و نماز یاری جوید؛ و این کار، جز برای خاشعان، گران است.» (بقره، ۴۵). آرامش حاصل از نماز، موجب می شود که تنش ناشی از مشکلات و دغدغه های روزمره و استرس زا فروکش کند و فرد در پرتو یاد خدا، حالت سبکی و آرامش معنوی احساس کند. از این رو، پیامبر اکرم (ص) هنگامی که وقت نماز می رسید، به بلال حبشی می گفت: «ای بلال! ما را به آرامش برسان. (یعنی برای اقامه نماز اذان بگو تا به واسطه آن آرامش یابیم).» البته حیف و صد حیف که ما گاهی از همین چند دقیقه کوتاه نماز هم برای تزریق آرامش در خود بهره نمی گیریم و باز به همان افکار مضطرب و پریشان خود روی می آوریم:

| | |
|-----------------------------------|---------------------------------|
| حدیث درد فراق با تو بگذارم | مرا غرض ز نماز آن بود که پنهانی |
| نشسته روی به محراب و دل به بازارم | وگرنه این چه نمازی است که من |
| | ۲- تلاوت قرآن: |

یکی از اسامی قرآن کریم، «ذکر» است: «وَ هَذَا ذِكْرٌ مُّبَارَكٌ أَنْزَلْنَاهُ؛ و این ذکر مبارکی است که ما بر شما فرستادیم.» تلاوت و انس با قرآن کریم، یاد خدا را در دل زنده کرده و ترنم زیبای کلام محبوب را بر زبان جاری می سازد. چنین یادکردی موجب درمان و شفاء بیماری های روحی بندگان گردیده و آنان را به ساحل آرامش می رساند.

| | |
|----------------------------|--------------------------------|
| بخوان قرآن که دل آرام گیرد | بخوان تا جان ز جانان جان بگیرد |
|----------------------------|--------------------------------|

موضوع ۳۶: دینداری

أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

آگاه باشید (دوستان و) اولیای خدا، نه ترسی دارند و نه غمگین می‌شوند!

(یونس، ۶۲)

اولین قانون شادکامی از نظر قرآن، ایمان و محبت به خدا و در یک کلمه «دینداری» است. شاید از نگاه برخی زهدپیشگان کوتاه‌اندیش و گروهی دنیاپرستان دین‌گریز این مطلب عجیب به نظر برسد، ولی حقیقت این است که اساساً دین برای شادکامی و نشاط در دنیا و آخرت ما آمده است؛ یعنی اگر به قواعد دینی پایبند باشیم و آن را خوب بشناسیم، حال امروزمان خوب است و حال فردایمان هم خوب خواهد بود. دین، فروختن شادی نقدی به طمع پاداش نسیه‌ای نیست؛ بلکه خوشی و نشاط در هر دو سرای دنیا و آخرت و پیروزی در تجارتي سراسر سود است.

البته مقصود از دین‌داری، تنها ایمان و اعتقاد به خدا در لفظ نیست؛ بلکه باور به حضور خداوند و پذیرفتن ولایت حقیقی وی و نیز استقامت در راه ایمان است. اگر فردی خود را تحت ولای حضرت حق قرار داده و به قدرت و حکمت و عدالت پروردگار در جای جای زندگی اش یقین داشته باشد و با ایستادگی و پایداری در راه حق، به هدف والای انسانیت بیندیشد، چگونه ممکن است که در برابر طوفان مشکلات تسلیم شود؟!

قرآن کریم می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ؛ کسانی که گفتند: «پروردگار ما الله است»، سپس استقامت کردند، نه ترسی برای آنان است و نه اندوهگین می‌شوند.» (احقاف، ۱۳) آیا کودکی که در دامان پرمهر پدر و مادر خود قرار دارد، از دیگران می‌هراسد؟ مؤمنان نیز با قبول دلدادگی و سرسپردگی به ساحت قدسی پروردگار جهانیان، خود را بیمه کرده و در پرتو کرم و رحمت بی‌پایانش، از حوادث و پیشامدها هراسی ندارند و از زندگی خود مسرور و شادمان هستند:

کار خود گر به کرم بازگذاری حافظ ای بسا عیش که با بخت خداداده کنی

امام صادق (ع) می‌فرماید: «آدم دین‌دار چون می‌اندیشد، آرامش بر جان او حاکم است؛ چون خضوع می‌کند، متواضع است؛ چون قناعت می‌کند، بی‌نیاز است و به آنچه داده شده، خشنود است؛ چون تنهایی را برگزیده، از بی‌وفایی دوستان در امان است. چون هوا و هوس را رها کرده، آزاد است؛ چون دنیا را فرو گذارده از بدی‌ها و گزندهای آن در امان است؛ چون حسادت را دور افکنده، محبتش آشکار است؛ مردم را نمی‌ترساند، پس از آنان نمی‌هراسد و به آنان تجاوز نمی‌کند، پس از گزندشان در امان است؛ به هیچ چیز دل نمی‌بندد، پس به رستگاری و کمال فضیلت دست می‌یابد و کارها را به دیده بصیرت می‌نگرد، پس کارش به پشیمانی نمی‌کشد.»

کسی که دین ندارد، در چنگال زرق و برق اسیر گشته و مضطرب و درمانده است؛ زیرا دنیا منشأ همه اضطراب‌ها و خداوند منبع همه آرامش‌هاست. بنابراین، دلخوش شدن به جمال و زیبایی و مال و منال و شهرت و اعتبار و قدرت و مقام، جز شادی موقت و گذرا و اندوه پیوسته ره‌آوردی ندارد:

این سایه‌ها زوال پذیرند یک به یک در سایه‌ای گریز، که آنرا زوال نیست

علاوه بر ایمان و اعتقاد واقعی به خدا، محبت و دوستی با یگانه خالق هستی نیز، شادمانی و سروری وصف‌ناشدنی به همراه دارد. راه افزایش این محبت نیز، دین‌داری است. اگر می‌خواهیم محبت خداوند در دل ما جای بگیرد، باید به سخنان و فرامین او توجه کنیم؛ زیرا زیباترین شکل محبت، گردن نهادن به اراده محبوب است. به همین دلیل است که قرآن کریم پیروی از پیامبر را مقدمه محبت خدا بر بندگان می‌داند. قرآن کریم در این باره می‌فرماید: «قل ان کنتم تحبون»

ای دل بکوش که صاحب خبر شوی تا راهرو نباشی کی راهبر شوی

موضوع ۳۷: یادآوری نعمت‌های الهی

وَآتَاكُمْ مِنْ كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تَحْصُوهَا إِنَّ الْإِنْسَانَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ

و از هر چیزی که [به سبب نیازتان به آن] از او خواستید، به شما عطا کرد. و اگر نعمت‌های خدا را شماره کنید، هرگز نمی‌توانید آنها را به شماره آورید. مسلماً انسان بسیار ستمکار و ناسپاس است

(ابراهیم، ۳۴)

آیه بالا که از ناشکری و بی‌انصافی انسان گله می‌کند، این صفت ناپسند، نقش مهمی در ناآرامی و تلخکامی زندگی ما دارد. واقعیت این است که اکثر ما عاشق شمردن مشکلاتمان هستیم؛ حتی گاهی وقت‌ها برای اثبات بدبختی‌مان به دیگران مسابقه می‌گذاریم. ولی کافی است اندکی با خودمان خلوت کنیم و نعمت‌هایمان را بشماریم؛ آن وقت خواهیم دید که خدا برای هیچ کدام از ما کم نگذاشته است. زندگی ما سرشار از محبت و رحمت خداست. او آن قدر به ما نعمت داده که اگر همه عمرمان را به شکرگزاری وی بپردازیم، حق آن را به جا نیاورده‌ایم:

از دست و زبان که بر آید کز عهده شکرش به در آید

در سراسر زندگی، نعمت‌های خدا قابل مشاهده است. فقط از انسان ناسپاس و ستمکار برمی‌آید که از پس این همه مهر خداوندی، زبان به شکوه و گلایه باز کند. مشکل اینجاست که ما غرق در نعمت شده ایم و قدر برخی از نعمت‌ها را فقط وقتی می‌دانیم که آن را از دست بدهیم. داده‌های خدا بیشتر از استحقاق ماست و نداده‌های او بهتر از اشتیاق ما.

شایسته است بدانیم که نعمت‌های خداوند دو دسته هستند: نعمت‌های ظاهری و نعمت‌های باطنی. دسته اول، نعمت‌هایی هستند که ملموس و قابل درک ابتدایی است؛ مانند مال و ثروت و غذا و هوا و طبیعت و دریا و خشکی و بینایی و شنوایی و استعداد و حافظه و ...؛ ولی دسته دوم به نعمت‌هایی گفته می‌شود که خداوند از رحمت خاص خود به برخی بندگان عطا کرده است؛ مثل مثل عاطفه، محبت، ایمان، بصیرت، عبادت و بندگی، تقوا و ...

همان‌گونه که توجه به نعمت‌های ظاهری، انسان را از ورطه ناامیدی و افسردگی باز می‌دارد، درک لذت‌های معنوی نیز نقش بسیار مهمی در شادکامی ما خواهد داشت. قرآن کریم، منشأ شادی مؤمنان را درک همین لذت‌های معنوی می‌داند: «فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ؛ به خاطر آنچه خداوند از فضلش به آنان عطا کرده است، شادمان هستند.» (ال عمران، آیه ۱۷۰-۱۶۹) در جای دیگر، خداوند، مؤمنان را به درک لذت‌های معنوی دعوت فرموده و آن را پایدارتر از لذت‌های مادی دانسته است: «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ»؛ ای رسول خدا به مردم بگو که باید به فضل و رحمت خدا شادمان شوید که آن بهتر و مفیدتر از ثروتی است که برای خود اندخته می‌کنید.» (یونس، آیه ۵۸)

در روایات نیز، شادی در سایه سار اطاعت پروردگار مورد اهتمام ویژه قرار گرفته است؛ حضرت علی(ع) می‌فرماید: «شادی مومن به طاعت پروردگار و حزنش بر گناه و عصیان است.» آری، مؤمن از فرمان خدا و ترک هوس لذت می‌برد و کافر از پیروی از هوس.

اگر لذتِ ترکِ لذتِ بدانی

دگر لذتِ نفس، لذتِ نخوانی

کوتاه سخن آن‌که، توجه به نعمت‌های ظاهری و باطنی، سبب ایجاد روحیه رضایت و آرامش و شادکامی انسان می‌گردد. همه ما بارها شنیده‌ایم که «خوشبختی رسیدن به خواسته‌ها نیست، بلکه لذت‌بردن از داشته‌هاست.» خوشا به حال کسانی که در زندگی، داشته‌هایشان را بیشتر از نداشته‌هایشان به یاد می‌آورند. این آدم‌ها قدر زندگی و بودن در کنار دیگران را خوب می‌دانند و با وجود تلخی گاه و بیگاه روزگار، قلبی شاد و سینه‌ای پر از محبت و مهرورزی دارند.

موضوع ۳۸: زهد (دل نبستن به دنیا)

وَلَوْ لَا أَنْ يَكُونَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً لَجَعَلْنَا لِمَنْ يَكْفُرُ بِالرَّحْمَنِ لِيُوتِيَهُمْ سُقُفًا مِنْ فِضَّةٍ وَمَعَارِجَ عَلَيْهَا يَظْهَرُونَ

اگر (تمکن کفار از مواهب مادی) سبب نمی‌شد که همه مردم امت واحد (گمراهی) شوند، ما برای کسانی که به (خداوند) رحمان کافر می‌شدند خانه‌هایی قرار می‌دادیم با سقفهایی از نقره و نردبانهایی که از آن بالا روند.

(زخرف، ۳۳)

یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر رضامندی و آرامش انسان در زندگی، شناخت حقیقت دنیایی است که در آن به سر می‌برد. تفاوت علوم اسلامی با علوم غربی نیز در همین است که محققان اسلامی با توجه به آموزه‌های دینی، در تلاشند تا نقش دنیامحوری را در افزایش اضطراب‌ها و تألمات روحی بشر هویدا سازند.

از آیات و روایات فراوان استفاده می‌شود، اصلی‌ترین عامل سقوط و تباهی معنوی انسان، دنیادوستی است. یکی از شیواترین راه‌های مذمت دنیا، مثال‌هایی است که خداوند برای ناپایداری دنیا به کار برده است. در آیه ۲۰ سوره حدید یکی از این مثال‌ها ذکر شده است: «اغْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَ لَهُوٌ وَ زِينَةٌ وَ تَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَ تَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَ الْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتْرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَ فِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَ مَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَ رِضْوَانٌ وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ؛ بدانید زندگی دنیا تنها بازی و سرگرمی و تجمل‌پرستی و فخرفروشی در میان شما و افزون طلبی در اموال و فرزندان است، همانند بارانی که محصولش کشاورزان را در شگفتی فرو می‌برد، سپس خشک می‌شود بگونه‌ای که آن را زردرنگ می‌بینی؛ سپس تبدیل به گاه می‌شود! و در آخرت، عذاب شدید است یا مغفرت و رضای الهی؛ و (به هر حال) زندگی دنیا چیزی جز متاع فریب نیست!»

این آیه، هر مرحله از دنیا را با توجه به مراحل مختلف زندگی انسان، تقسیم کرده و بر ناپایداری آن تأکید نموده است: دنیا تا زمانی که کودک هستیم، به صورت بازی برای ما جلوه می‌کند؛ در دوران نوجوانی، بازی جای خود را به سرگرمی می‌دهد؛ در عنفوان جوانی، جلوه‌های دلفریب دنیا در قالب زیبایی جسمی برای ما خودنمایی می‌کند و دغدغه می‌شود؛ در هنگام میانسالی، مسابقه فخرفروشی در ثروت و شهرت و مدرک و قدرت و به راه می‌اندازیم و در سنین کهنسالی هم به کثرت اولاد و نوادگان خود دل بسته‌ایم. در حالی که همه این جلوه‌ها زودگذر و ناپایدار بود و آن جلوه که فانی نشود، روی خداست.

امام علی (ع) می‌فرماید: «رَدَعُ النَّفْسِ عَنِ زَخَارِفِ الدُّنْيَا ثَمَرَةُ الْعَقْلِ؛ دوری از تجملات دنیا میوه عقل است.»

این سرایی ست که البته خِلَل خواهد کرد خنک آن قوم که در بند سرای دگرند

کسی که تمام چشمش را دنیا و زرق و برق آن پر کرده باشد، به ناچار باید رنج محرومیت و بی‌وفایی آن را نیز بکشد. به فرموده امام علی (ع)، «بزرگترین عیب برای دنیا همین بس که بی‌وفاست.» حافظ می‌گوید:

مجوی درستی عهد از جهان سست نهاد

که این عجوزه عروس هزار داماد است

ریشه بسیاری از ناکامی‌ها و تلخی‌ها، را دل‌بستگی و تعصب به دنیا می‌داند و به شدت از کسانی که به دنیا و متعلقات آن دلبسته شده‌اند، انتقاد کرده و آنان را به فراقی سخت و اندوهگین با دلبستگی‌هایشان بشارت داده است:

دل ز جمعیت اسباب چو برداشتنی است آنقدر بار به دل نه که توانی برداشت

مؤمن هر روز دل‌کندن از دنیا را تمرین می‌کند. دنیا برای او مثل زندان است؛ البته نه اینکه دنیا را دوست نداشته باشد و در آن حالت افسرده و اندوه به خود بگیرد؛ بلکه می‌داند که پشت این میله‌های پر زرق و برق، سرایی زیبا و جاودانه نهفته است که خوشبختی و رهایی حقیقی را به ارمغان می‌آورد. به عبارت ساده‌تر، مؤمن با دنیا مشکل ندارد؛ با نگاه جاودانه به آن مشکل دارد.

به قدر بودن دنیا، به فکر دنیا باش کسی همیشه در این خاکدان نمی‌ماند

اگر با دیده بصیرت بنگریم، زخارف و تجملات دنیوی نه تنها به دلیل گذرا بودن، فایده‌ای ندارد؛ بلکه در نظر صاحبان عقل و ایمان، بی‌ارزش هم هست؛ زیرا نمی‌تواند پاسخ‌گوی نیازهای متعالی روح بشر باشد. به عبارت دیگر، این زرق و برق چند روزه دنیا نمی‌تواند حس کمال‌جویی و جاودانگی انسان را ارضا کند. اساساً دنیا با سختی عجین شده و شایستگی پاداش بودن برای مؤمن را ندارد. از این رو، مؤمنان در چند روزه هستی خدادادی، به همان میزانی لذت می‌برند که به جلوه‌های خدایی زندگی مانند نماز و روزه و دستگیری از نیازمندان و ... پرداخته شود. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «دنیا و هر چه در آن می‌باشد ملعون است؛ مگر آنچه به واسطه آن خشنودی خدا طلب شود.»

شایسته است در اینجا به یکی از زیباترین آیات در بیان بی‌ارزشی دنیا اشاره کنیم. آیه ۳۳ سوره زخرف این چنین است: «وَلَوْ لَا أَنْ يَكُونَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً لَجَعَلْنَا لِمَنْ يَكْفُرُ بِالرَّحْمَنِ لِيُؤْتِيَهُمْ سُقْفًا مِنْ فِضَّةٍ وَمَعَارِجَ عَلَيْهَا يَظْهَرُونَ؛ اگر (تمکّن کفّار از مواهب مادی) سبب نمی‌شد که همه مردم امت واحد (گمراهی) شوند، ما برای کسانی که به (خداوند) رحمان کافر می‌شدند خانه‌هایی قرار می‌دادیم با سقفهایی از نقره و نردبان‌هایی که از آن بالا روند.» بنا بر این آیه، اصلاً دنیا شایسته ارج‌نهادن به رفتار مؤمن نیست و مثل شکلاتی می‌ماند که اگر چه داشتن آن برای کودکان سبب دلخوشی و آرامش است، اما شایسته نیست به یک فرد دانشمند به عنوان جایزه داده شود.

ای نفس ز، هر سو، ز پی جیفه دنیا تا چند بتازی، تو مگر کلب و گرازی

سخن درباره دنیادوستی و آثار مخرب آن بر روح و روان آدمی بسیار است. متأسفانه بسیاری از ما، دنیا را خیلی جدی گرفته‌ایم. انگار همه چیز همین جاست و قرار است تا همیشه جوانی و عیش و نوش کنیم. چگونه است که در مقابل سرای جاویدان و سراسر خوش آخرت، به اظهار چند روزه هستی در دنیای پر رنج و اندوه و گذرا راضی شده‌ایم:

آن‌ها که ترکِ دولتِ جاوید کرده‌اند زین پنج روزِ دولتِ دنیا چه دیده‌اند

موضوع ۳۹: قناعت و چشم‌سیری (دوری از حرص و طمع)

وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ زَهْرَةَ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ

و هرگز چشمان خود را به نعمتهای مادی، که به گروه‌هایی از آنان داده‌ایم، میفکن! اینها شکوفه‌های زندگی دنیاست؛ تا آنان را در آن بیازماییم؛ و روزی پروردگارت بهتر و پایدارتر است!

(طه، ۱۳۱)

قناعت و چشم‌سیری، تفسیر دیگر همان آرامش و رضامندی است. این فضیلت اخلاقی آثار و برکات زیادی به ویژه در افزایش حس رضامندی و آرامش در زندگی دارد. اگرچه ما بیشتر اوقات، قناعت را در معنای صرفه‌جویی استعمال می‌کنیم؛ ولی باید بدانیم که معنای عام‌تر قناعت، آن است که انسان به کم و بیش خود راضی باشد و چشم طمع به دارایی‌های دیگران ندوخته باشد. به عبارت دیگر، مقصود از قناعت در اینجا، بسندگی و اکتفا به دارایی خودمان و مناعت طبع و طمع نورزیدن به دارایی دیگران است. دستیابی به این فضیلت، محصول تلاش و ممارست فراوان نفسانی و آراستگی به خصلت‌های نیکویی چون حریص نبودن، طمع نداشتن، توجه به نعمت‌های فراوان الهی، رضایت به مقدرات الهی و باور به حکمت و عدالت خداست.

تأثیر قناعت در خوشبختی انسان به قدری است که وقتی از امام علی (ع) سؤال شد: «منظور از حیات پاکیزه در آیه «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً» چیست؟» آن حضرت پاسخ داد: «حیات طیبه، همان قناعت است.» آن حضرت در جای دیگر می‌فرماید: «الْقَنَاعَةُ مَالٌ لَا يَنْفَدُ؛ تنها ثروتی که فنا ناپذیر است، قناعت است.»

ای قناعت! توانگرم گردان که ورای تو هیچ نعمت نیست

آدم‌ها دو دسته هستند: بعضی‌ها از زندگی فقط حسرت خوردن و آرزوبافتن یاد گرفته‌اند. وقتی خرید می‌روند، چشم‌هایشان دنبال میزان خرید و ثروت دیگران است؛ چنان با حسرت به برخی کالاها نگاه می‌کنند که انسان درماندگی و خودباختگی را در نگاهشان احساس می‌کند. وقتی رستوران می‌روند، به غذای گران‌تری که دیگران سفارش داده‌اند، می‌نگرند؛ وقتی مسافرت می‌روند؛ حسرت هتل بهتر دوستانشان را دارند؛ وقتی سوار اتومبیل شخصی شده‌اند، همه حرفشان نارضایتی از ماشین خودشان و صحبت از قیمت و سرعت ماشین‌های مدل بالاتر است؛ وقتی خانه می‌خرند، حسرت خانه دل‌بازتر همسایه را دارند؛ خلاصه همیشه چشمشان دنبال مال و خوشی دیگران است. کنارشان فقط باید غصه خورد. از هر موضوعی حرف زده شود، آن را دوباره به فقر و نداری خودشان گره می‌زنند. این آدم‌ها خودشان تلخی زندگی را بر خود تحمیل کرده‌اند و هیچ‌گاه روی شادی نمی‌بینند. راز خوشبختی، دوری از حرص و طمع است:

از بگذار و پادشاهی کن گردن بی طمع بلند بود

پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «إِيَّاكَ وَالطَّمَعَ فَإِنَّهُ الْفَقْرُ الْحَاضِرُ؛ خود را از طمع دور کن، زیرا طمع، فقر و درماندگی حاضر شده و بالفعل است.» مفهوم این حدیث، آن است که انسان طمع‌کار، با چشم دوختن به مال و دارایی دیگران همیشه خود را محتاج و نیازمند به آن‌ها نشان می‌دهد و در نظر مردم نیز درمانده جلوه می‌کند.

آن که بیرون کرد دست از آستینِ حرص و آز پرورش داد از جهالت اژدها در آستین

یکی از نشانه‌های افراد حریص و کم‌طاقت، این است که با پستی و بلندی روزگار زود چهره عوض کرده و حالت گذشته خود را فراموش می‌کنند. قرآن کریم این خصلت را به شدت سرزنش می‌کند: «إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً (۱۹) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً (۲۰) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً (۲۱)؛ انسان حریص و کم‌طاقت آفریده شده * هنگامی که بدی به او رسد، بی‌تابی می‌کند. * و هنگامی که خوبی به او رسد، بخل می‌ورزد.» (معارف)

دسته دیگری از انسان‌ها نیز هستند که حتی اگر چیزی را نداشته باشند، به روی خود نمی‌آورند. روحیه مناعت طبع در وجودشان اجازه نمی‌دهد، به فقر خودشان اعتراف کرده یا زیر بار پُز و افاده دیگران رنگ بیازند. از آن‌چه خدا به آنان داده، خشنود و راضی هستند و منت چیزی و کسی را نمی‌کشند:

به نان خشک قناعت کنیم و جامه دلق که بار محنت خود به، که بار منت خلق

آری، چشم دوختن به زندگی دیگران، حاصلی جز افسوس و حسرت و حسادت ندارد. چه بسا افرادی که حسرت همین لحظه ما را می‌خورند. کسی که پا ندارد، آرزوی راه رفتن با پای پیاده در خیابان دارد؛ آن که پیاده است، آرزوی وسیله نقلیه شخصی دارد؛ آن که اتومبیل دارد، آرزوی ماشین بهتر و همین‌طور تا آخر، کسی را پیدا نمی‌کنی که آرزو و حسرت چیز بالاتر و بهتر را نداشته باشد.

به روز نیکِ کسانِ غم‌مخور دلا؛ زینهار بسا کسا که به روز تو آرزومند است

موضوع ۴۰: رضامندی به خواست الهی

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (۲۲) لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ...

هیچ مصیبتی در زمین و نه در وجود شما روی نمی‌دهد مگر اینکه همه آنها را قبل از آنکه زمین را بیافرینیم در لوح محفوظ ثبت است و این امر برای خداوند آسان است. * این به خاطر آن است که برای آنچه از شما فوت شده تاسف نخورید، و به آنچه به شما داده است دل بسته و شادمان نباشید.

[حدید]

رضایت‌مندی از زندگی به عنوان یکی از شاخصه‌های سلامت روانی مورد توجه فراوان دانشمندان و نظریه‌پردازان غربی واقع شده است. قانون‌های ذهنی می‌گویند: «خوشبختی؛ یعنی رضایت از داشته‌ها»

دین مبین اسلام نیز در راستای طرح برنامه جامع سعادت بشر، به این مقوله پرداخته و یکی از والاترین مقامات اولیاء الهی را رسیدن به مقام «رضا» می‌داند. تفاوت این دو دیدگاه در آن است که مکاتب بشری رضایت انسان از خود و زندگی‌اش را معیار قضاوت قرار می‌دهند و مکتب اسلام، خشنودی و رضایت متقابل بندگان و خداوند از یکدیگر را منشأ رضایت‌مندی انسان از زندگی قرار داده است. اسلام میزان رضایت واقعی از زندگی را در گرو رضامندی بنده از مقدرات الهی و باور به رحمت و حکمت خدا می‌داند. به عبارت ساده‌تر، یکی از راه‌های عمده شاد زیستن و خوشبختی از نظر دینی، قبول این جمله است که «هر چه داریم از رحمت خداست و هر چه نداریم از حکمت خدا»

امام علی(ع) می‌فرماید: «به قضای خداوند خشنود باش تا شاد و راحت زندگی کنی». قانون‌های ذهنی هم همین را می‌گویند. احساس خوشبختی یعنی احساس رضایت از مقدرات الهی.

زندگی فهم نفهمیدن‌هاست

زندگی رسم پذیرایی از تقدیر است

وزن خوشبختی من، وزن رضایت‌مندی است.

روشن است که مقصود از رضایت به خواسته الهی، تن دادن به بیکاری و بیهودگی و جبر در سرنوشت نیست؛ بلکه به این معناست که بسیاری از عوامل و اسباب جهان خارج از اراده ماست و ما وظیفه داریم تا تلاش خود را به بهترین شکل انجام داده و نتیجه را به خدا واگذار کنیم و از آنچه پیش می‌آید، گلایه نکنیم؛ زیرا ممکن است مصلحت و حکمتی در آن باشد که ما از آن بی‌خبر هستیم.

هر چه رود بر سرم، چون تو پسندی رواست بنده چه دعوی کند، حکم خداوند راست

مقصود از رضایت، عدم اعتراض به مقدرات الهی در ظاهر و باطن، به زبان و عمل است. نشانه اصلی این رضایت هم در آیه بالا آمده است. اگر کسی به هنگام برخوردار شدن از نعمت، از خود بیخود نگرددیده و نجابت خود را حفظ و

شکرگزاری می‌کند و در بحران‌های سخت، جامه نمی‌درد و شکوه و گلایه ندارد، او به این فضیلت والا دست یافته است. اما اگر با نسیم موافقی گذشته‌اش را فراموش کرده و با اندک باد مخالفی، خودش را می‌بازد، این خصلت در وجود او رسوخ نیافته است.

انسان موحد و عاقبت‌اندیش، هنگامی که چرخ روزگار به سودش بود، آن را غنیمت شمرده و بر آن غرّه نشده و نیک می‌داند که این امانت زوال‌یافتنی است و چون هنگامه سختی و بلا فرا برسد، باز می‌داند که این نیز بگذرد. خلاصه در هر حال، بر هیجان شادی و فوران اندوه خود غالب است. گاهی فاصله شادی و غم برای دنیاپرستان به اندازه یک لحظه است.

| | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| نصیحتی کنمت یاد گیر و در عمل آر | که این حدیث ز پیر طریقتم یادست |
| غم جهان مخور و پند من مبر از یاد | که این لطیفه عشقم ز ره روی یادست |
| رضا به داده بده وز جبین گره بگشای | که بر من و تو در اختیار نگشادست |

موضوع ۴۱: پرهیز از حسادت و کینه

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ ...

برتریهایی را که خداوند برای بعضی از شما بر بعضی دیگر قرار داده آرزو نکنید!

(نساء، ۳۲)

حسادت بزرگترین دشمن خوشبختی شماست. از میان گناهان اخلاقی، کمتر گناهی به اندازه حسادت و کینه در سلب آرامش و نشاط درونی انسان تأثیر دارد. تا زمانی که حسادت در رگ‌های ما جاری باشد، می‌توان مطمئن بود که رنگ نشاط و دلچسب بودن زندگی را نخواهیم دید. امام علی(ع) می‌فرماید: «أَسْوَأُ النَّاسِ عَيْشًا الْحَسُودُ؛ بدترین مردم از نظر زندگی، حسود است.» در جای دیگر می‌فرماید: «لَا رَاحَةَ لِحَسُودٍ؛ حسود آسایش ندارد» و در سخن دیگر این حقیقت را چنین بیان می‌نماید: «الْحَسَدُ حَبْسُ الرُّوحِ؛ حسادت باعث زندانی شدن [و ناآرامی] روح می‌شود.» و بالأخره در سخنی دیگر، جان کلام را بیان کرده و می‌فرماید: «هر که بر حسدش غالب نشود، بدنش گور جانش خواهد شد.»

بمیر تا برهی ای حسود کین رنجی است که از مشقت آن جز به مرگ نتوان رست

حسد در لغت به معنی بدخواهی و ارزوی از دست دادن نعمت برای دیگری است. امام صادق(ع) نقل می‌کند که لقمان به حکیم به پسرش گفت: «حسود سه نشانه دارد ۱- پشت سر غیبت می‌کند ۲- در حضور تملق و چاپلوسی می‌کند ۳- در مصیبت شمامت می‌کند.»

حسد از جمله گناهانی است که ریشه و منشأ زایش گناهان دیگری نیز می‌باشد. بسیاری از نابهنجاری‌های اخلاقی و رفتاری در حوزه‌های فردی و اجتماعی از حسادت ریشه می‌گیرد؛ مانند تهمت، دروغ‌گویی، غیبت، اهانت، مشاجره، قتل و خونریزی و ... در بزرگی گناه حسد، همین بس که اولین نافرمانی خدا با آن واقع شد؛ آنگاه که شیطان به مقام آدمی حسادت کرد و اولین انحراف آدمی با آن صورت گرفت؛ آنگاه که قایل به برادرش هابیل حسادت ورزیده و او را کشت. قرآن کریم در سوره فلق، فرد حسود را هم‌ردیف شیاطین و ساحران قرار داده و تصریح نموده که از شر آن باید به خدا پناه برده شود و این بیانگر آن است که حسادت تا چه اندازه خطر آفرین و شرارت‌بار است:

آیات دیگری هم در قرآن کریم به موضوع حسادت و کینه اشاره کرده است. در آیه بالا از همگان خواسته تا به نعمت‌های دیگران حسادت نورزند و در آیه ۵۴ سوره نساء، حسادت را از صفات منافقان دانسته است. هم‌چنین قرآن یکی از اوصاف بهشتیان را دوری از حقد و کینه نسبت به یکدیگر می‌داند: «وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ إِخْوَانًا عَلَى سُرُرٍ مُتَقَابِلِينَ؛ و هر چه از کینه‌ها (و حسادت‌ها) در دل آن‌ها بود برکنندیم، در حالی که برادرانه بر روی تخت‌ها در مقابل هم قرار گیرند.» (حجر، ۴۷)

همسایه دیوار به دیوار خدایند

آنانکه ز کبر و حسد و کینه جدایند

کینه داشتن از کسی، انسان را از درون تجزیه میکند و مجال داشتن زندگی خوب را از هر کسی می‌گیرد. بیایید از همین حالا، به خودتان قولی دهید که هر کسی در زندگی باعث آزار و اذیت شما شده است را ببخشید. اگر شما بخواهید با

داشتن کینه به زندگی ادامه دهید، جایی برای داشتن عشق پیدا نخواهید کرد. با کنار گذاشتن کینه، در حقیقت خودتان را بخشیده‌اید. بهترین کار ممکن برای داشتن یک زندگی شاد، دوی از حسادت و کینه است. اولین کسی که از حسادت رنج می‌برد، بدون تردید خود حسود است. افراد حسود معمولاً افرادی رنجور، حساس، عصبی، پرخاشگر و افسرده می‌باشند. امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: «ستمگری چون حسود ندیدم، که به ستم‌دیده شبیه‌تر باشد: جانی سرگردان دارد و دلی بیقرار و اندوهی پیوسته.»

حسادت و کینه حتی در سلامتی جسمانی هم آثار مخرب و زیانباری دارد؛ به گونه‌ای که دانشمندان نیز یکی از رازهای سلامتی را رضایت از حال کنونی افراد و پرهیز از چشم و هم‌چشمی می‌دانند. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «شگفتا که حسودان از سلامتی خود غافل مانده‌اند.» آری، حسادت و کینه مثل این است که خودمان زهر بخوریم و امیدوار باشیم دیگران بمیرند.

شایان تذکر است که راه درمان حسادت و کینه، این است که درباره دنیا و مرگ و بی‌ارزشی آن و نیز عاقبت خودمان تفکر کرده نموده، از چشم و هم‌چشمی دوری کرده و از همه مهم‌تر، به آن کس که حسودی می‌کنی، خدمت و محبت کنیم.

موضوع ۴۲: آزادی و عزت نفس (مناعت طبع)

... وَ يَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ ...

و [پیامبر] بار سنگین و زنجیرهایی را که بر گردنشان است، از دوششان برمی‌دارد.

بخشی از آیه (اعراف، ۱۵۷)

اگر بخواهیم درباره عناصر تأثیرگذار در آرامش پایدار انسان سخن بگوییم، نمی‌توانیم نقش آزادی و آزادی را در آن نادیده بگیریم. آزادی؛ یعنی رهایی نفس از چنگال قید و بندهای ناروا. متأسفانه مفهوم والای آزادی توسط برخی کج‌اندیشان و منحرفان به تاراج رفته و از آن چیزی جز ولنگاری و ناهنجاری به ذهن متبادر نمی‌شود. حال آنکه این واژه زیبا و آرمان بشریت، حقیقتی بس سترگ و گرانمایه دارد. اسلام، بشارت دهنده و پیام آور آزادی در همه ساحت‌های وجودی انسان اعم از اندیشه و عمل است.

قرآن کریم به آزاداندیشی در انتخاب عقیده و پیروی نکردن کورکورانه از دیگران بسیار سفارش کرده است: «فَبَشِّرْ عِبَادِ الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ؛ پس بندگان مرا بشارت ده! همان کسانی که سخنان را می‌شنوند و از نیکوترین آنها پیروی می‌کنند.» (زمر، ۱۸) هم‌چنین، در آیه بالایی از ره‌آوردهای بعثت پیامبر اسلام را، آزادی بندگان از خرافات و قید و بندهای اسارت‌آور دوران جاهلیت دانسته است. در جای دیگر نیز، تأکید نموده که زیانکارترین افراد، کسی است که نفس محترم و گرانمایه خود را باخته باشد: «إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنفُسَهُمْ وَ أَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ؛ زیانکاران واقعی آنانند که خود و خانواده خویش را روز قیامت از دست داده‌اند.» (شوری، ۴۵) این سه عامل (یعنی آزادی در اندیشه، عمل و شخصیت) سه رکن اصلی آزادی است.

مهم‌ترین نشانه‌های افراد آزاده این است که: در برابر حق متواضع و فروتن هستند و اگر اشتباهی از آنان سر بزند، بلافاصله می‌پذیرند و عذرخواهی می‌کنند؛ خودشان را مجبور به انجام عادات و رسوم بی‌معنا و خرافی نمی‌کنند؛ به قضاوت و حرف مردم، در زندگی و انتخاب‌هایشان بهایی نمی‌دهند؛ در برابر خواهش‌های نفسانی، تسلیم نمی‌شوند و برده فرمانبردار هوا و هوس خود نیستند؛ مناعت طبع دارند و در مقابل هر کسی سر خم نمی‌کنند، به داشته دیگران چشم ندوخته و حسرت نمی‌خورند، از تعصبات کورکورانه در مطالب علمی و شخصیت‌گرایی افراطی پرهیز می‌کنند؛ به چیزی دلبستگی و تعلق خاطر زیاد ندارند و هدف و آرمانشان برایشان از همه چیز مهم‌تر است.

در طرف مقابل، بسیاری از افراد نیز، بی‌جهت زندگی را برای خودشان سخت کرده‌اند. مراسمات پرخرج، چشم و هم‌چشمی‌های زیاد، رسم‌های بی‌منطق و اذیت‌کننده و بسیاری از قید و بندها را - علی‌رغم میل و توان شخصی - به جان خودشان می‌خرند تا به قول خودشان انگشت‌نمای خلق نشوند. مهم‌ترین منطبق این افراد همان ضرب‌المثل مشهور «خواهی نشوی رسوا هم‌رنگ جماعت شو» می‌باشد. طبیعی است که این افراد روی آرامش را نخواهند دید؛ چون

زندگی تنها زمانی شیرین خود را به کام ما می‌نشانند که خویشتن را از زندان نفس و شهوات و تعلقات رها کرده و در وادی ارزش‌ها قدم برداریم:

این زندگی حلال کسانی که در جهان آزاد زیست کرده و آزاد می‌روند

گفتنی است یکی از مفاهیمی که ارتباط بسیاری با آزادی انسان دارد، عزت نفس یا مناعت طبع است. عزت نفس به معنای احترام و تکریم شخصیت والای انسانی خویشتن است. آنان که در پیچ و خم‌ها و فراز و نشیب‌های زندگی، به خاطر رسیدن به دارایی و رتبه بیشتر و بهتر در دنیا، تن به هر کاری نمی‌دهند و کمر به خدمت هر دونانی خم نمی‌کنند، آزادگان و احرار واقعی هستند. حضرت علی (ع) در وصیت‌نامه‌اش به امام حسن، در نهج‌البلاغه، می‌فرماید: «وَ أَكْرِمُ نَفْسَكَ عَنْ كُلِّ دَيْئَةٍ؛ نفس و جان و روان خود را گرامی بدار و از هر کار و پست و از هر پستی محترم بدار.» آن حضرت در جای دیگر، بردگی خواهش‌های نفسانی را خوارتر است از بردگی دیگران می‌داند: «عَبْدُ الشَّهْوَةِ أَدْلُ مِنْ عَبْدِ الرَّقِّ؛ بنده شهوت از برده یک انسان هم خوارتر است.» این خواهش‌های نفسانی بیشتر به صورت دل‌بستگی و هواخواهی افراطی بروز پیدا می‌کند. علاقه زیاد به مال، دل بستن به فرزند و همسر و فامیل و وسایل شخصی و ... اولین مرحله اندوهگین شدن در دنیای فانی است:

می‌زاید از تعلق ما هر غمی که هست دل‌بستگی است مادر هر ماتی که هست

به همین دلیل است که قرآن کریم در آیات ۱۴ و ۱۵ تغابن، مال و فرزند و همسر را فتنه می‌نامد؛ یعنی در عین علاقه و محبت عاقلانه، نباید به طور افراطی به آن‌ها مفتون و وابسته شد؛ و گرنه فراق سخت و اندوهناکی را تجربه می‌کنیم:

دل ز جمعیت اسباب چو برداشتنی است آنقدر بار به دل نه که توانی برداشت

نمونه درخشان عزت و آزادی، امام حسین و یاران باوفایش هستند که ندای «هیئات من الذلّة» را در گوش تاریخ تا ابدیت سربلند و ماندگار کردند. آن حضرت با بیان این جمله که: «مردن با عزت بهتر از زندگی با ذلت است.»، بر همه اسارت‌ها و حقارت‌های مردمان پست و دنیاطلب روزگار خود و آیندگان خط بطلان کشید. به خدا سوگند، هیچ جمله‌ای از این گویاتر و زیباتر نمی‌تواند کرامت انسان را به رخ بکشد؛ به‌ویژه آنکه گوینده‌اش خود به آن عمل کرده باشد.

غلام همت آنم که زیر چرخ کبود ز هر چه رنگ تعلق پذیرد آزادست

موضوع ۴۳: مثبت اندیشی

وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ

و نعمتهای پروردگارت را بازگو کن

(ضحی، ۱۱)

کلمه‌ها و اندیشه‌ها دارای امواجی نیرومند هستند که به زندگی ما شکل می‌دهند. این اندیشه‌ها اگر مثبت و آرامش‌زا باشند، حسّ خودباوری را در ما تقویت می‌کند و اگر منفی و استرس‌زا باشد، به میزان قابل توجهی انرژی کار و موفقیت را در ما کاهش می‌دهد. نتایج تحقیقات گوناگون نیز نشان داده است که نگاه خوش‌بینانه به زندگی بر سلامت روانی و جسمانی اثرات مثبت متعددی دارد. امروزه حتی ثابت شده است افرادی که پیش از امتحانات، تصور می‌کنند نتیجه خوبی خواهند گرفت و موفق خواهند بود، بسیار بهتر از آنانی هستند که به قبولی خودشان امیدوار نیستند.

همیشه خردمند امیدوار نبیند به جز شادی از روزگار

نشانه افراد خوش‌بین این است که صبح تا شام به هدف و آرمان خود می‌اندیشند و درباره آن رؤیاپردازی صحیح و عقلانی می‌کنند. آنان با مشکلات و سختی‌ها مبارزه کرده و شکست را به راحتی نمی‌پذیرند و حتی در صورت عدم موفقیت، بلافاصله آن را فراموش کرده و به موفقیت بعدی فکر می‌کنند.

دلا زطعن حسودان مرنج و واثق باش که بد به خاطر امیدوار ما نرسد

در مقابل، انسان بدبین معتقد است اتفاقات بد، دائمی و ثابت هستند و برعکس، اتفاقات خوب، موقتی و گذراست. او حتی حوادث عادی را به بدترین شکل ممکن تحلیل می‌کند و نه تنها به خود؛ بلکه به دیگران؛ بلکه حتی به زمانه و طبیعت و ... هم بدبین است و گاه بد و بیراه هم می‌گوید. آن‌ها مرتباً انتقاد می‌کنند؛ همیشه انتظار بدترین‌ها را دارند و به قول معروف، نیمه خالی لیوان را می‌بینند. اصرار هم دارند حال خودشان و دیگران را با این افکار و گفتارها خراب کنند. نشانه دیگر این آدم‌ها این است که در گذشته زندگی می‌کنند؛ اگر در کاری موفق نمی‌شوند، بلافاصله آن را به اتفاق بدی در گذشته ربط داده و یک قانون کلی جامع درباره شکست و بدبختی خودشان درمی‌آورند. این افراد را می‌توان با میزان کاربرد دو کلمه «نمی‌توانم» و «نمی‌شود» خوب شناخت.

گفتنی است مثبت‌اندیشی جنبه‌های گوناگونی چون اعتماد به علم و قدرت و حکمت خدا، توجه به اصالت حیات اخروی در مقابل حیات دنیوی، توجه به نعمت‌های متعدد الهی و بینش صحیح نسبت به مشکلات دارد. ما برخی از این مؤلفه‌ها را در گفتارهای جداگانه بررسی کرده‌ایم.

منفی‌نگری سرچشمه گناहانی چون قضاوت نسنجیده در مورد افراد یا حوادث، حسادت، کینه، دروغ، غیبت، تهمت، مشاجره و ... نیز می‌شود. از این رو، دین مبین اسلام به مؤمنان توصیه می‌کند تا افکار منفی و مزاحمی چون بی‌عدالتی

خدا یا حتمی بودن سرنوشت بد برای خودشان را دور کرده و به فرصت‌های عظیم پیش روی خود برای رستگاری ابدی بیندیشند.

آری، شما با کلام خود می‌توانید روند حوادث را تغییر دهید. آیا هیچ‌وقت به این موضوع فکر کرده‌اید که اراده شما، تولید کننده افکارتان است نه اتفاقات روزمره؟ به خاطر داشته باشید که هر اندیشه منفی درباره دیگران به خودتان باز می‌گردد و افکار منفی را با افکار مثبت جایگزین کنید. در نتیجه آرامش و نشاط و اعتماد به نفس در شما افزایش می‌یابد.

زندگی مانند آینه‌ای است که همیشه تصویر ذهن خودتان را منعکس می‌کند. افراد مثبت، مهربان، شاد و باگذشت، دنیا را مانند خودشان شاد و دلنشین می‌بینند و افراد منفی، غمگین، ناراضی و کینه جو تصاویر سخت و تاریکی در آن خواهند دید. در گذشته وقتی قصد انجام کاری را داشتند می‌گفتند: نفوس بد نزنید یا نفوس خوب بزنید. این اصطلاح نیز دقیقاً به همین اصل باز می‌گردد که شما با کلام خود می‌توانید روند حوادث را به میل خودتان تغییر دهید.

دنیای برخی افراد در نداشته‌هایشان خلاصه می‌شود. هر چیزی را که نداشته باشند، حسرت خوردنی است و آنچه دارند، پیش پا افتاده و طبیعی به نظر می‌رسد. به همین خاطر، همیشه ناراحت و افسرده هستند. راست گفته‌اند که تنها فرمول خوشحالی این است: «قدر داشته‌هایت را بدان و از آن‌ها لذت ببر.»

مثبت‌اندیشی حتی در ارتباط بندگان با خداوند نیز جریان دارد. به همین دلیل، قرآن کریم از مؤمنان می‌خواهد همواره امید خویش به یاری و لطف خداوند را حفظ و تقویت کرده و آن را به محیط پیرامون خود نیز تزریق کنند. آیات انتهایی سوره ضحی، نمونه کاملی از مثبت‌اندیشی است. این سوره در مکه و هنگامی نازل شده که پیامبر گرامی اسلام در ابتدای دعوت علنی خویش در مکه بود و مشکلات زیادی چون اذیت و آزار دشمنان و تحریم اقتصادی و کمی یاران داشت. خداوند در این آیات، آن حضرت را به یادآوری رحمت بی‌انتهای پروردگارش از کودکی تا بزرگسالی دعوت کرده و از او خواسته تا همیشه یادآور لطف پروردگارش باشد: «وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ» در حدیثی از رسول خدا ص آمده است: «هیچ بنده‌ای گمان نیک به خدا نمی‌برد مگر اینکه خداوند طبق گمانش با او رفتار می‌کند.»

رسول خدا(ص) می‌فرماید: «كُنْ لِمَا لَا تَرْجُوا أَرْجَى مِنْكَ لِمَا تَرْجُو؛ به آنچه امید نداری امیدوارتر باش تا به آنچه امید داری.» این حدیث زیبا می‌تواند دست‌مایه خوبی برای افزایش مثبت‌اندیشی و امید به لطف الهی در ما باشد.

به ورطه‌ای که امیدت برید از همه جا ببین به کیست امیدت، بدان که اوست خدا

موضوع ۴۴: نیکوکاری و مهرورزی

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

آری، کسی که روی خود را تسلیم خدا کند و نیکوکار باشد، پاداش او نزد پروردگارش ثابت است؛ نه ترسی بر آنهاست و نه غمگین می‌شوند.

(بقره، ۱۱۲)

پیشتر گفتیم که منشأ آرامش و شادکامی، خداوند است. از این رو، سرور و بهجت نیز از خزانه رحمت او نازل می‌گردد. حال باید اضافه کنیم که یکی از عوامل نزول رحمت گسترده خدا، هنگامی است که به آفریده او خدمت می‌شود. به همین دلیل، خداوند در قرآن، رحمت و مهر خود را به نیکوکاران نزدیک دانسته است: «إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ؛ مسلماً رحمت خداوند به نیکوکاران نزدیک است.» (اعراف، ۵۶) در آیه ۵۸ سوره یونس نیز آمده است: «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبَدِّلْكَ فَلَئِنْ لَمْ تُكْفِرُوا...؛ بگو: «به فضل و رحمت خدا باید خوشحال شوند...» اگر این دو عبارت را در کنار هم قرار دهیم، می‌فهمیم که نیکوکاران، شادکامی بیشتری دارند؛ چون رحمت خداوند که اصلی‌ترین عامل شادی است، به آنان نزدیک‌تر است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: «کسی که با سخنی محبت آمیز به برادر مؤمنش احترام کند یا حاجتی را از او برآورده سازد یا گرفتاری مؤمنی را برطرف نماید، همواره در سایه رحمت الهی خواهد بود.»

در آموزه‌های دینی، احسان و نیکوکاری به معنای انجام دادن کار نیک در رابطه با خدا یا مردم است که یکی از مهم‌ترین نشانه‌های آن، خدمت‌رسانی به دیگران بدون توقع و چشم‌داشت است. نیکوکاران انسان‌های مؤمن، دانا و شریفی هستند که موفق شده‌اند بر موانع نفسانی از جمله حرص و بخل و کبر فائق آمده و با ایثار و از خودگذشتگی، بستر هم‌گرایی و همدلی را در جامعه فراهم سازند. از این رو، قرآن کریم بارها از مؤمنان با وصف «نیکوکاران» یاد کرده و به آنان ابراز محبت کرده است: «وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ؛ خداوند نیکوکاران را دوست دارد.»

بدون دستگیری از نیازمندان و مهرورزی و محبت به هم‌نوعان، امکان ندارد شادی حقیقی به دست بیاید. زمانی که به دیگران خوبی و کمک می‌کنیم، تجمعی از نیروهای مثبت را به دور خودمان فراهم می‌آوریم و این نیروهای مثبت باعث آرامش و شادی ما می‌شوند. بنابراین، ما با مهرورزی بیشتر به خودمان خدمت کرده‌ایم تا به دیگران. دیگر نیازی نیست از دیگران توقع سپاسگزاری و قدردانی داشته باشیم. ببینید امیر مؤمنان علی (ع) در این باره چه بیان لطیف و اثرگذاری دارد: «هر کس بداند که آنچه نیکی می‌کند، به خودش نیکی کرده، مردم را به تأخیر در سپاس، نسبت نمی‌دهد و خواستار محبت و وزیدن بیشتر مردم به خودش نمی‌شود. پس از دیگری نخواه که درباره آن چه به خودت نیکی کرده‌ای و آبروی خویش را حفظ کرده‌ای، سپاسگزاری‌ات کنند.» این حدیث حیرت‌انگیز است. مشابه این روایات کم نیستند. کدام مکتبی را سراغ دارید که تا این حد به حال خوش مردم در دنیا توجه کرده باشد. به خدا سوگند، ما در مقابل امثال این احادیث و مهجوریت آن شرمنده هستیم.

امام صادق (ع) نیز در این باره به یاران خود می‌فرمود: «در خیر رساندن به برادران خود و نیکی به آن‌ها مسابقه بدهید و اهل خیررسانی به مردم باشید؛ چرا که برای بهشت دری است به نام «معروف» و تنها کسانی از این در وارد بهشت می‌شوند که در دنیا به کار خیر مشغول بوده‌اند. ... به خدا قسم رسول خدا (ص) بر آوردن حاجت مؤمن، از خود آن فرد خوشحال‌تر بود.» افزون بر این، اساساً راحتی و شادی شخصی وقتی به کام انسان خوش می‌نشیند که هم‌نوعانش نیز در رنج نباشند. به قول شاعر:

آسایش اگر جویی در راحتِ مردم جو تا هست تنی در رنج، آن به که نیاسایی

خوب است به این نکته هم اشاره کنیم که بر خلاف تصور بسیاری از افراد، نیکوکاری به مال و ثروت وابسته نیست. قرآن هنگامی که می‌خواهد درباره انفاق و زکات و احسان سخن بگوید، غالباً عبارت جامعی را به کار می‌برد: «وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ؛ و از هر چه خدا به آنان داده، می‌بخشند.» این یعنی هر کاری می‌توانیم برای زدودن اندوه از دیگران برداریم. پیامبر گرامی اسلام نیز می‌فرماید: «كُلُّ مَعْرُوفٍ إِحْسَانٌ؛ هر کار خوبی احسان و نیکی است.»

سخن آخر اینکه، مؤمن همانند گل است؛ عطر خود را در هر جا که باشد، منتشر می‌کند؛ چه در بوستان مرکز شهر باشد تا همه زیبایی‌اش را دیده و شمیم معطرش را احساس کرده باشد و چه در جنگل دوردستی باشد که کسی از کنارش نگذرد. معطر بودن طبیعت گل است. مؤمن نیز وجودی سرشار از عشق دارد و بی هیچ توقعی مهربانی می‌کند و به دیگران عشق می‌ورزد. بنابراین، هرگز به امید فردا، محبت‌هایتان را ذخیره نکنید. اگر آدم‌های دور و برتان خوب نیستند، شما خوب باشید؛ حتی اگر از خوبی‌تان سوء استفاده کنند. خوبی و مهرورزی و گذشت بیشتر از آن که به سود بقیه باشد، به نفع خودتان است. تا جایی که امکان دارد مهربان باشید، مهربان بودن همیشه امکان پذیر است.

تار و پود عالم امکان به هم پیوسته است عالمی را شاد کرد آنکه دلی را شاد کرد

موضوع ۴۵: مدارا و سازگاری

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ

عفو و گذشت را پیشه کن، و به کار پسندیده فرمان ده، و از نادانان روی بگردان

(اعراف، ۱۹۹)

وقتی به یک عده می‌گوییم چرا شاد نیستید؟ پاسخ می‌دهند: «ما می‌خواهیم شاد باشیم، اما دیگران را چه کنیم؟ مگر می‌گذرانند یک آب خوش از گلویمان پایین برود.» آنان از یک واقعیت عینی زندگی سخن می‌گویند. همه ما به طور طبیعی با افراد نابخرد و جاهل برخورد داریم. این افراد حجم بسزایی از تلخی و اعصاب‌خوردی ما دارند. گاه و بیگاه بر روح و روان ما چنگ می‌کشند. با حرف‌ها و قضاوت‌ها و رفتارهای ابلهانه. نمونه‌اش را می‌توانید در دعوای بیخود خانوادگی و زد و خورد های تلخ خیابانی ببینید. مهم این است که بدانیم در مقابل این افراد چه سیاستی باید در پیش گرفت تا مزاحم افکار مثبت ما نباشند؟

قرآن کریم راه کار خوبی در این زمینه به ما پیشنهاد می‌دهد: «گذشت، حق‌مداری و از همه مهم‌تر، بی‌اعتنایی و مدارا»

این سه دستور در عین اختصار، بسیار کلیدی و راهگشا بوده و بدون تردید یکی از مؤثرترین اسباب خوشبختی در زندگی است؛ چه اینکه در کلام امام صادق (ع) می‌خوانیم: «در قرآن آیه‌ای جامع‌تر از این آیه در مکارم اخلاقی نیست.»

معنای عبارت اول آیه (خُذِ الْعَفْوَ) این است که عفو و گذشت باید به صورت صفتی راسخ و ماندگار در وجود انسان پرورش یابد؛ به بیان ساده‌تر، آیه نمی‌گوید: «گذشت کن.» بلکه می‌گوید: «گذشت را بگیر» به گونه‌ای که در مشت تو باشد تا بخشیدن دیگران برای تو ساده‌ترین کارها باشد. برخی افراد ساعت‌ها؛ بلکه روزها و ماه‌ها و حتی سال‌ها برای بخشیدن دیگران، با خود کلنجار می‌روند و دست آخر با هزار منت و سختی و عذرخواهی از خطای دیگران درمی‌گذرند. عبارت «خُذِ الْعَفْوَ» می‌گوید ملکه گذشت را در دستان خود داشته باش تا همیشه و به راحتی و بدون دلیل بتوانی دیگران را ببخشی. این اولین راز آرامش خودت هست.

عبارت دوم آیه می‌گوید: «وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ» یعنی در زندگی خودت و سپس دیگران را با تذکرات خیرخواهانه هدایت کن؛ یعنی هر کجا و هر گونه حقیقت را یافتی، به همان سمت و جهت برو و به دیگران هم همان را سفارش کن. این دستور هم برای زندگی اجتماعی ما پرکاربرد است. اصلاً درد اصلی ما همین است که حق‌محوری جای خود را به شخص‌محوری و منفعت‌گرایی داده است. بسیاری از اوقات با ما پرخاشگری دیگران به هم می‌ریزیم؛ درحالی‌که خودمان اگر جای آن‌ها بودیم، همین عکس‌العمل را داشتیم. پس بهتر است قبل از هر واکنشی در برابر رفتار دیگران، خوب و منصفانه نگاه کنیم که حق با کیست؟ شاید حق با دیگران باشد؛ اگرچه نوع بیان آنها ما را آزار داده است.

دستور آخر آیه بالا (وَاعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ) هم بسیار مهم و کلیدی است. بعضی وقت‌ها کار از بخشیدن و تذکر دادن گذشته است. همه افراد یک ظرفیت و یک فلسفه برای زندگی ندارند. برخی از روی آگاهی و برخی از روی غفلت، بیراهه می‌روند. هر قدر هم که تذکر می‌دهیم، فایده‌ای ندارد. ما نمی‌توانیم و نمی‌شود همه آدم‌ها را با خود همراه کنیم. چاره‌ای جز تحمل نیست. باید سینه‌ای فراخ و گشاده داشت. این همان «شرح صدر»ی است که حضرت موسی (ع) در ابتدای نبوتش از خدا درخواست می‌کند: «رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي» (طه، ۲۵)

عقل انسان نیز، حکم می‌کند که گاه باید در مقابل رفتار بد دیگران، چشم‌پوشی و مدارا کرد. امیر مؤمنان (علیه السلام) نیز فرمودند: «نشانه عاقلان، مدارا کردن و سازگاری با مردم است.» انسان‌های ناپخته و خام در برابر رفتار اشتباه دیگران، از کوره در می‌روند و می‌خواهند مقابله به مثل کنند، ولی افراد خردمند و فرزانه، آگاهانه رویگردانی کرده و به جهالت بقیه احترام می‌گذارند.

این دیگ ز خامی است که در جوش و خروشست
چون پخته شد و لذتِ دم دید، خموشست

مدارا کردن زندگی را بر خود ما و دیگران شیرین تر می‌کند. رسول اکرم (ص) فرمودند: «لَوْ كَانَ الرَّفْقُ خَلْقًا يُرَى مَا كَانَ مِمَّا خَلَقَ اللَّهُ شَيْءًا أَحْسَنَ مِنْهُ؛ اگر مدارا مخلوقی بود که دیده می‌شد هیچ مخلوقی از مخلوقات خدا از او نیکوتر نبود.» آن حضرت در جای دیگر فرمود: «هر که از مدارا کردن با مردم بی نصیب باشد، از همه خوبی‌ها بی نصیب مانده است.» امام علی نیز فرمود: «هم‌نشینی و سخن گفتن با احمق، شکنجه روح است»

سازگاری به معنای کوتاه آمدن از اصول زندگی‌تان نیست؛ بلکه برای حفظ آن است. بگذارید دیگران هر چه می‌خواهند بگویند؛ نباید گذاشت برخورد نادرست آن‌ها، اصالت ما را خدشه‌دار کند. باور کنید هر قدر جواب انسان‌های احمق را کم‌تر بدهیم، آرامش بیشتری به زندگی خودمان بخشیده‌ایم. شادی فقط با داشتن یک حافظه ضعیف به دست می‌آید. بخشیدن بدون انتظار دریافت پاداش یا جایزه را تمرین کنید پاداش شما احساس آرامش و شادی است

آسایش دو گیتی تفسیر این دو حرف است
با دوستان مروت، با دشمنان مدارا

موضوع ۴۶: توجه به تغذیه سالم (پرهیز از پر خوری)

... وَ كُلُّوا وَ اشْرَبُوا وَ لَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

و (از نعمت‌های الهی) بخورید و بیاشامید، ولی اسراف نکنید که خداوند سرفران را دوست نمی‌دارد!

(اعراف، ۳۱)

تغذیه خوب و سالم از سه جهت به آرامش و شادکامی ما در زندگی کمک می‌کند.

اولاً، بسیاری از مشکلات عصبی به خاطر عدم توجه به نوع و کیفیت غذاها و ناسازگاری آن با مزاج معتدل آدمی است. همان‌گونه که می‌دانید علم پزشکی از دیرباز به تغذیه و مزاج‌شناسی اهمیت زیادی داده و منشأ برخی بیماری‌ها چون بیش‌فعالی، پرخاشگری، عصیت زیاد، استرس و ... را در کمبود برخی مواد غذایی و ویتامین در بدن می‌داند. ما البته افراط در این زمینه را نمی‌پذیریم؛ یعنی نمی‌خواهیم بگوییم همه مشکلات اخلاقی ناشی از مشکل تغذیه است، ولی نقش سوء تغذیه را نیز نمی‌توان در بروز ناهنجاری‌های عصبی نادیده گرفت.

ثانیاً، غذای طیب و طاهر در روحيات معنوی و مراتب عرفانی نیز مؤثر است و به رشد و تعالی معنوی ما کمک می‌کند. از آنجا که پیشتر درباره نقش دین در آرامش و شادکامی سخن گفتیم، پس تغذیه خوب به دینداری بهتر و به دنبال آن، آرامش و شادی بیشتر کمک می‌کند. در آیه می‌خوانیم: «يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَ اعْمَلُوا صَالِحاً إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ؛ ای پیامبران! از غذاهای پاکیزه بخورید، و عمل صالح انجام دهید، که من به آنچه انجام می‌دهید، آگاهم. (مؤمنون، ۵۱)» از تقابل دو فرمان این آیه که یکی درباره تغذیه سالم و دومی درباره عمل صالح است، می‌فهمیم که این دو در کنار هم و در یکدیگر تأثیرگذار و باعث سعادت ابدی می‌شوند. پیامبر گرامی اسلام (ص) فرمود: کسی که شکم خود را پر کند، به ملکوت آسمانها و زمین وارد نمی‌شود.»

خوردن برای زیستن و ذکر کردن است تو معتقد که زیستن از بهر خوردن است

ثالثاً، چه کسی است که نداند مهم‌ترین عنصر شادکامی، سلامتی است. منشأ همه بیماری‌ها نیز، پر خوری است. پس تغذیه خوب و به‌اندازه، به سلامتی جسمی و سلامتی جسمانی به شادی و نشاط روحی کمک می‌کند. تفاوت مکتب پزشکی اسلام با علم پیشرفته پزشکی روز، در این است که بیشتر دستورات دین به سمت پیشگیری از بیماری‌ها سوق داده شده است؛ یعنی اسلام بیشتر می‌گوید چه کار کن تا مریض نشوی؛ نه این که اگر مریض شدی، چه کنی. همین آیه بالا، جامع‌ترین دستور پزشکی در این زمینه است. پیامبر اسلام (ص) می‌فرماید: «معدة، سرای دردها و پرهیز، اساس درمان‌هاست.» منقول است که روزی یک پزشک مسیحی از دانشمند مسلمانی پرسید: «آیا در کتاب دینی شما دستوری راجع به پزشکی نیز وجود دارد؟» آن دانشمند، همین آیه را خواند. پزشک مسیحی با شگفتی گفت: «به خدا سوگند، با عمل به این آیه به هیچ کتاب دیگری در علم پزشکی نیاز نیست.»

از نظر قرآن، تغذیه سالم و خوب، هم باید حلال و پاکیزه باشد: « يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا؛ ای مردم! از آنچه در زمین است، حلال و پاکیزه بخورید.» (بقره، ۱۶۸) و هم به اندازه باشد: «وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا؛ و (از نعمتهای الهی) بخورید و بیاشامید، ولی اسراف نکنید.» (اعراف، ۳۱)

نه چندان بخور کز دهانت برآید نه چندان که از ضعف، جانت برآید

با این توضیحات، روشن شد که چرا ما در ضمن مهارت شادکامی، به تغذیه سالم اشاره کردیم؛ زیرا هم مشکلات عصبی را کم کرده و هم سلامتی را بیشتر می کند و هم به معنویات کمک می کند. پیامبر خدا(ص) فرمود: «از شکم بارگی پرهیزید؛ زیرا مایه تباهی بدن و موجب بیماری است و انسان را در عبادت، سست می کند.»

موضوع ۴۷: توجه به پاکیزگی خود و محیط

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ (۱) قُمْ فَأَنْذِرْ (۲) وَرَبِّكَ فَكَبِّرْ (۳) وَتِبَابِكَ فَطَهِّرْ (۴) وَالرُّجْزَ فَاهْجُرْ (۵)

ای جامه بر خود کشیده * برخیز و عالمیان را بیم ده * و پروردگارت را بزرگ بشمار * و لباست را پاک کن * و از پلیدیها پرهیز.

[مدثر]

جسم پاک و نظیف، لباس تمیز، ظاهر آراسته، اتاق و محل کار مرتب و منظم، طبیعت دلگشا، هوای پاک، گل‌ها و گیاهان دل‌انگیز، آواز روح بخش پرندگان، ترنم دلربای چشمه‌ساران، صفای سبزه‌زار، نسیم لطیف کوهستان و ...

حتی تصور هر کدام از این واژه‌ها، سرور و بهجت ما را بیشتر و آرامش قلبی ما را زیادتر می‌کند. این یعنی پاکیزگی یکی از مهم‌ترین عناصر آرامش‌زا و نشاط آفرین در زندگی است و تأثیر شگرفی بر روح و روان آدمی دارد.

متأسفانه امروزه با پیشرفت تکنولوژی و نیز سودجویی و بی‌تدبیری برخی خودکامگان، زندگی ما از بسیاری از نعمت‌های زیبای خدادادی دور مانده و طراوت و شادابی خود را از دست داده است تا جایی که خطر بیماری‌های مزمن و فزاینده روحی و عصبی، نه تنها خود مان؛ بلکه نسل‌های آینده را نیز به شدت تهدید می‌کند. با این وجود، آیا راهی جز بازگشت به طبیعت و تعامل سازنده انسان با آن وجود دارد؟ آیا این سبک زندگی بی‌روح و مصنوعی و ماشینی، می‌تواند پاسخ گوی روح لطیف و آرامش‌خواه بشر باشد؟ آیا جز این است که این فاجعه تخریب روزافزون طبیعت، محصول تفکر و دیدگاه انسان‌گرایانه (اومانیسیم) و آزادمحور (لیبرالیسم) غربی است؟ کاش آن‌ها که زبان درازی در اعتراض به احکام اسلام دارند، می‌فهمیدند که اگر از میان همه احکام و توصیه‌ها و روایات اسلامی در زمینه پاکیزگی، فقط به دستور ساده همین آیه بالا عمل می‌شد، هیچ‌گاه شاهد این خرابی‌ها و پلیدی‌ها نبودیم؟

در این آیه، خداوند در همان ابتدای رسالت پیامبر(ص) به وی توصیه می‌کند تا علاوه بر قیام برای انذار بندگان و بزرگ‌داشت خداوند، جامه خویش را از پلیدی‌ها دور سازد و از هر نوع آلودگی دوری کند. شگفتا که در چنان برهه‌ای با این همه حساسیت، از میان انبوه قوانین و دستورات و سفارش‌ها، این توصیه در اولویت قرار می‌گیرد تا نمایان‌گر اهمیت پاکیزگی در دین اسلام باشد.

دستور به دوری از آلودگی و پلیدی در این آیه، عام است؛ یعنی همه نوع آلودگی را شامل می‌شود. از آلودگی ظاهری گرفته تا آلودگی معنوی؛ از آلودگی فردی گرفته تا آلودگی اجتماعی. از آنجا که قرآن کریم برای همه زمان‌هاست، پس می‌توان امروزه مصادیق دیگری چون آلودگی صوتی و هوا و محیط زیست و ... را نیز شامل دستور آیه دانست.

[دقت کنید که این نوع برداشت از قرآن، تطبیق یک حکم کلی بر مصادیق روز است؛ نه تفسیر به رأی.]

قرآن کریم یکی از صفات منافقان و فاسدان را تخریب محیط زیست می‌داند: «وَ إِذَا تَوَلَّى سَعَى فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَ يُهْلِكَ الْحَرثَ وَ النَّسْلَ وَ اللَّهُ لَا يُحِبُّ الْفُسَادَ؛ (نشانه آن، این است که) هنگامی که روی برمی‌گرداند (و از نزد تو خارج می‌شوند)، در راه فساد در زمین، کوشش می‌کنند، و زراعتها و چهارپایان را نابود می‌سازند؛ (با اینکه می‌دانند) خدا فساد را دوست نمی‌دارد.» (بقره، ۲۰۵)

هم‌چنین، آیات فراوانی از قرآن کریم به توصیف نعمت‌های خدادادی و طبیعت زیبای پیرامون ما اختصاص یافته است. در بسیاری از این آیات، خداوند تأکید کرده که طبیعت را مسخر و رام انسان کرده تا از آن در راه درست بهره بگیرد. در یکی از این آیات می‌خوانیم: «خداوند، همان است که دریا را برای شما رام کرد تا کشتی‌ها در آن به فرمان وی روان گردند و تا شما از بخشش وی (روزی) به دست آورید و باشد که سپاس گزارید. * و آنچه را در آسمان‌ها و در زمین است که همه از اوست برای شما رام کرد؛ بی‌گمان در این نشانه‌هایی است برای گروهی که می‌اندیشند.» (جاثیه، ۱۲ و ۱۳)

خلاصه کلام آنکه، اگر به دنبال آرامش هستیم، نباید از نقش پاکیزگی در این آرامش غافل شد. پاکیزگی در لباس و ظاهر و اتاق و خانه و محله و شهر و طبیعت و ... می‌تواند به همه ما آرامش و خرمی و شادابی هدیه بدهد. طبیعت به شکل شگفت‌آفرینی می‌تواند ما را سر حال و خوش کند. از این نعمت مجانی و خدادادی استفاده کنیم. البته اگر می‌خواهیم از محیط پیرامون خود انرژی مثبت بگیریم، نخستین گام این است که خودمان به افزایش این انرژی و پاکیزگی محیط کمک کنیم.

ما درخت افکن نه‌ایم آن‌ها گروهی دیگرند با وجود صد تبر یک شاخ بی‌بر نشکنیم!

موضوع ۴۸: توجه به شادی و تفریح مباح

قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَ الطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ ...

بگو: «چه کسی زینتهای الهی را که برای بندگان خود آفریده، و روزیهای پاکیزه را حرام کرده است؟!» بگو: «اینها در زندگی دنیا، برای کسانی است که ایمان آورده‌اند؛ (اگر چه دیگران نیز با آنها مشارکت دارند؛ ولی) در قیامت، خالص (برای مؤمنان) خواهد بود.»

(اعراف، ۳۲)

بعضی تصور می‌کنند اسلام دین اندوه و گریه است و مؤمن در دنیا غمگین و در آخرت شادمان است؛ درحالی که موضوع شادی و تفریح به عنوان یکی از نیازهای اساسی آدمی و عنصری تأثیر گذار در زندگی، همواره مورد توجه پیشوایان دینی قرار گرفته است؛ گرچه شادی پسندیده در اسلام، همراه با گناه و غفلت از یاد خدا نیست.

امام رضا(ع) نیز می‌فرماید: «اوقات خود را به چهار بخش تقسیم کنید: بخشی را برای عبادت، بخشی را برای کار و فعالیت و تأمین زندگی، بخشی را برای معاشرت و هم صحبتی با برادران مورد اعتماد و کسانی که شما را به عیب‌هایتان آگاه سازند و بخشی را به تفریحات و لذت‌های خود اختصاص دهید و از نشاط و تفریح و شادی، نیرو و توان انجام کارهای خود را تأمین کنید.» آن حضرت در حدیثی دیگر می‌فرماید: از لذایذ دنیوی (که قطعاً یک مورد از آنها شادمانی است) نصیبی برای کامیابی خویش قرار دهید و خواهش‌های دل را از راه‌های مشروع و حلال بر آورید، اما در این کار به مردانگی و شخصیت شما آسیب نرسد و زیاده روی نکنید. در این صورت با استفاده از لذایذ دنیوی، بهتر به امور دنیای خویش موفق خواهید شد.» بنابراین، دین مبین اسلام با نگاه جامع و سراسر حکمتی که دارد، دست آدمی را برای لذت‌های مباح دنیوی باز گذاشته است. در آیه بالا به همین مطلب اشاره شده است. امیر مؤمنان می‌فرماید: «این دل‌ها همانند بدن‌ها افسرده می‌شوند؛ پس برای شادابی دل‌ها، نکته‌های زیبا و نشاط انگیز بجوید.»

به شادی همی دار تن را جوان

مده دل به غم تا نکاهد روان

بیشتر مردم درباره شادی تصور اشتباهی دارند. یا شادی را در پول و ثروت جستجو می‌کنند یا آن را ذاتی می‌دانند و معتقدند برخی افراد خودبخود شاد هستند. هر دو تصور کاملاً اشتباه است. تجربه نشان داده افراد ثروتمند لزوماً شاد و افراد فقیر، حتماً غمگین نیستند. بعضی چیزها در جهان خیلی مهم‌تر از دارایی هستند؛ یکی از آنها همین توانایی خوش‌بودن با چیزهای ساده زندگی است. شادی یک مهارت و یک انتخاب است و نیاز به آموزش و تمرین دارد؛ نه اینکه خودبخود وجود داشته باشد. کسی نمی‌تواند ما را شاد یا غمگین کند. این خود ما هستیم که انتخاب می‌کنیم ناراحت باشیم یا شاد. همه چیز به خودمان بستگی دارد.

برخی عوامل شادی و تفریح از نظر اسلام عبارت است از:

۱- **مسافرت:** مسافرت و گردش در طبیعت زیبا و مناظر سرسبز و به نوعی تغییر آب و هوا، باعث نشاط و تجدید قوای روانی و ذهنی انسان می شود و وی را برای فعالیت های فیزیکی و ذهنی، آماده و بانشاط می سازد. قرآن به این موضوع توجه زیادی کرده است. امیرالمؤمنین علی (ع) می فرماید: «در سفر پنج فایده است؛ تفریح و انبساط روحی، تحصیل درآمد زندگی و تأمین معاش، آموختن دانش و تجربه، یادگیری آداب زندگی و آشنایی با بزرگان و صاحبان فضیلت.»

۲- **ورزش:** علاوه بر سلامتی جسمانی، کاهش افسردگی و اضطراب، بالابردن عزت نفس و شادی و آرامش فکری از فوائد ورزش هستند. امام صادق می فرماید: نشاط و شادابی بر اثر ده چیز حاصل می شود، پیاده روی، سوارکاری، شنا در آب و... آیات ۱۲ و ۱۷ سوره یوسف به موضوع بازی، تفریح و ورزش به عنوان نیاز ضروری زندگی اشاره کرده است.

ورزش کردن باعث می شود که شما در تمام جنبه های زندگی تان شامل جنبه های جسمی، روحی و ذهنی سالم بمانید. علاوه بر تاثیرات و مزایای بسیار مثبتی که ورزش کردن بر روی جسم دارد باعث ایجاد تغییرات مثبت در مغز می شود که به افراد اجازه می دهد که با آرامش بیشتری به انجام کارها پردازند و تمرکز خود را از دست ندهند. زمانی که شما قادر باشید که با آرامش و تمرکز به کارها فکر کنید، می توانید کنترل خود را در موقعیت های چالشی و پر استرس حفظ کرده و تصمیمات درست بگیرید.

۳- **تبسم و خنده:** یکی از صفات مؤمنان، چهره بشاش و شاد است. امام علی (ع) فرمود: «المؤمن بشره فی وجهه و حزنه فی قلبه؛ (۱۴) شادی مؤمن در چهره اش و اندوهش در دلش است.» قرآن کریم در ماجرای رژه سلیمان و لشکریانش، هنگامی که از زبان مورچه ای نکته ای را بیان می کند، از تبسم و لبخند سلیمان سخن گفته است: «فتبسم ضاحکا من قولها و قال رب اوزعنی ان اشکر نعمتك الّتی انعمت علی و علی والدی و ان اعمل صالحا ترضه و ادخلنی برحمتک فی عبادک الصالحین؛ سلیمان از گفتار او دهان به خنده گشود و گفت: پروردگارا! در دلم افکن تا نعمتی که به من و پدر و مادرم ارزانی داشته ای سپاس بگزارم و به کار شایسته ای که آن را می پسندی پردازم، مرا به رحمت خویش در میان بندگان شایسته ات داخل کن. (نمل، آیه ۱۹)

از این آیه فهمیده می شود اولاً بر خلاف تصور عده ای کوتاه اندیش، خندیدن از شأن انسان کم نمی کند؛ وگرنه سلیمان با آن شکوه و هیبت نباید به خاطر سخن مورچه ای اهمیت می داد. ضمن اینکه سلیمان بلافاصله خنده و شادی خود را به یاد خدا متصل کرده و از او شکرگزاری می کند. ما نیز باید در مواقع شادی و سرور، به کلی از یاد خدا غافل نشویم.

گفتنی است قرآن کریم انواع دیگری از خنده را در آیات ۷۱ هود و ۳۸ و ۳۹ عبس برای مؤمنان و ۴۷ سوره زخرف و ۲۹ مطففین برای کافران ذکر کرده است. هم چنین در آیه ۸۲ توبه به شدت از خنده تمسخرآمیز منافقان انتقاد کرده است. از مجموع این آیات فهمیده می شود که اصل خندیدن و بشاش بودن مورد تأیید و سفارش دین اسلام است، ولی نباید به غفلت از یاد خدا و گناه بینجامد. آری، انسان های بزرگ دو دل دارند: دلی که درد می کشد و پنهان است و دلی که می خندد و آشکار است.»

۴- شوخی و مزاح: شوخی و مزاح یکی از آداب معاشرت در اسلام است که در توصیه به آن، روایات زیادی وجود دارد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرماید: مؤمن، شوخ و شنگ است و منافق، اخمو و عصبانی. امام علی (ع): خداوند انسان شوخ طبع را دوست دارد؛ به شرط آنکه از گناه و ناسزاگویی پرهیزد. اسلام شوخی و بذله گویی را به منظور به دست آوردن نشاط روحی تجویز کرده و برای زدودن کسالت و ملالت، در چهارچوب نظم اخلاقی، مطلوب شمرده است. امام صادق به یکی از یارانش فرمود: «شوخی شما اصحاب با یکدیگر چه مقدار است؟ گفت: کم است. حضرت فرمود: این گونه نباشید، به درستی که شوخ طبعی از حُسن خلق است. شما بدین وسیله برادران را شاد می کنید؛ همان گونه که رسول خدا صلی الله علیه و آله اهل شوخی و مزاح بودند تا سرور و شادی را در قلب اصحاب ایجاد کنند.»

البته از نظر اسلام، شوخی و مزاح باید به دور از جنبه‌های ضد اخلاقی و شرعی باشد؛ تا اثر غم زدایی و شادی آفرینی داشته باشد.

۵- در حال زیستن: شادی، در گرو زندگی کردن در زمان حال است. اندیشیدن به گذشته، اندوه و اندیشیدن به آینده، هراس می آورد؛ به حال بیندیش تا لذت را به ارمغان آورد. غصه‌ها مال گذشته و آینده است. تنها حال موجود است که آن هم نه غصه دارد و نه قصه. متأسفانه بعضی از مردم، به گذشته و آینده به صورت افراطی می نگرند؛ یا حسرت دیروز را می خورند یا خود را در آرزوهای دست نیافتنی فردا غرق می کنند. این افراد لذت بردن را بلد نیستند. وقتی به جای لذت بردن از هر لحظه زندگی، آن را صرف آماده شدن برای آینده می کنیم، در واقع شادمانی خود را به تعویق می اندازیم. وقتی در سفر، به جای لذت از مسیر به مقصد فکر می کنیم، وقتی در طول زندگی به انتظار پایان هفته هستیم؛ برای خوش بودن؛ وقتی در زمستان به دنبال گرمای تابسان و در تابستان به دنبال سرمای زمستان. وقتی برای بزرگ شدن فرزندانمان لحظه شماری می کنیم و بعد از بزرگ شدن، آرزوی دوران کودکی شان را می خوریم. همه این‌ها نشان می دهد ما یاد نگرفته ایم که در لحظه زندگی کنیم. لحظه‌ها را می گذاریم که به خوشبختی برسیم؛ غافل از آنکه لحظه‌ها همان خوشبختی‌ها بودند.

افسوس از آن کسان که ندانند این قدر کز عمر این خوش است که یک لحظه باهمند

در روایات اسلامی، از «امروز» به عنوان غنیمت و فرصت یاد شده است. امام علی (ع) می فرماید: «گذشته عمر تو رفته است و باقی مانده آن، محل تردید است؛ پس زمانی را که در آن به سر میبری، برای عمل، غنیمت شمار» آن حضرت در جای دیگر نیز فرموده است: «نگرانی‌های سال را بر نگرانی امروزت اضافه مکن، برای امروز مشکلات خودش کافی است.»

سعديا دی رفت و فردا همچنان معلوم نیست در میان این و آن، فرصت شمار امروز را

۶- صفا و سادگی: آدم‌هایی که رانندگی یاد می گیرند، چون تجربه ندارند فرمان ماشین را سفت میگیرند؛ اما وقتی مسلط می شوند، فرمان را هم راحت تر میگیرند. زندگی هم همین طور است. وقتی سخت می گیریم؛ یعنی هنوز مسلط

نشدیم. پرداختن بیش از حد به جزئیات، زندگی‌هایمان را به هدر می‌دهد. خیلی از ما این قدر ادا و اطوار و درگیری‌های ذهنی و کاری برای خودمان درست کردیم که خودمان را از یاد برده‌ایم؛ انگار در پیله‌ای تنگ و تاریک زندانی شده‌ایم که همیشه باید یک سری کارهای تکراری و ملال‌آور انجام بدهیم. از صبح تا شب که به دنبال کار و درآمد هستیم؛ به خانه هم که می‌آییم یا در حال مشاهده تلویزیون هستیم یا سرمان در فضای مجازی و تبادل اطلاعات و چت کردن و غیره است. پس کی به خودمان می‌رسیم؟ زندگی آنقدرها هم پیچیده نیست. گاهی دلمان لک می‌زند برای همان روزهای سادگی گذشته که آدم‌ها به زندگی سخت نمی‌گرفتند؛ یکرنگی و صفا بود؛ با هم چهره به چهره حرف می‌زدند؛ از مهمان سرزده خوشحال می‌شدند؛ از پیاده روی لذت می‌بردند؛ بیچاره و فلک‌زده چشم و هم‌چشمی‌ها نبودند؛ بازی‌ها و تفریحات هم ساده بود. برای آرامش و نشاط گاهی نیاز است به رسم روزگار زندگی نکنیم. نه اینکه به همه چیز پشت پا بزنیم؛ بلکه فقط گهگاهی خودمان با خودمان و عزیزانمان باشیم؛ بدون هیچ مزاحم دیگری. امتحان کنید. یک روز بدون تلفن همراه ... یک هفته بدون ماشین ... یک ماه بدون تلویزیون ... و ... باید نگاه ساده‌تری به زندگی داشت. زندگی‌ها پیچیدگی امروز را نداشت. در یک کلام، بیاید از امروز آگاهانه تصمیم بگیریم که کمتر خودتان را درگیر مسائل غیر مهم کنیم؛ کمی سادگی پیشه کنیم؛ اندکی بیشتر به حال خودمان بها بدهیم. سادگی به طرز عجیبی ما را به آرامش نزدیک می‌کند. خوشبختی یعنی زیستن با لحظه‌ها. آرامش جایی و زمانی فراتر از اینجا و اکنون نیست. حقیقت این است که اکثر ما در زندگی می‌دویم تا به ایستگاه‌های استراحت و شادی برسیم؛ حال آنکه ایستگاهی وجود ندارد. مسیر زندگی‌تان را آرام و با دلخوشی طی کنید.

دل‌خوشی‌ها کم نیست، دیده‌ها ناپیوست

۷- **آراستگی و ...** : افزون بر نظم و آراستگی ظاهری، یکی از عوامل نشاط آور، استفاده از رنگ‌های شاد و مفرح و استعمال عطر خوش است. در اسلام نیز توجه زیادی به این امور شده است. پوشیدن لباس‌های روشن (سفید، سبز، زرد) مستحب است. در قرآن کریم به شادی آور و نشاط آور بودن رنگ زرد، اشاره شده است. هم چنین، امام رضا (ع) عطر زدن و خوشبو بودن را از اخلاق پیامبران و مایه شادابی معرفی کرده است.

فصل هشتم: مهارت موفقیت و حل مشکلات

همه ما در زندگی با مشکل مواجه شدیم. تفاوت انسان‌های موفق با دیگران راه حل پشت سر گذاشتن این مشکلات است. برخی از این مشکلات ساده هستند، ولی برخی دیگر به فعالیت‌های فکری پیچیده‌ای نیاز دارند. میزان خوشحالی و موفقیت ما در زندگی تا حد زیادی به مهارت حل مسئله و عبور از مشکلات بستگی دارد.

برای اینکه در این مهارت قوی شویم، باید با رویکرد صحیح و مناسبی آن را تبیین کنیم. متأسفانه بسیاری از ما متوجه اشتباهاتی که در زمان حل مسئله مرتکب می‌شویم، نیستیم. قرآن کریم درباره این مهارت نیز آیات راهگشایی دارد.

در این فصل، به برخی آیات پیرامون این مهارت می‌پردازیم:

موضوع ۴۹: بینش و واقع بینی صحیح

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ
(۱۵۵) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (۱۵۶) أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ
مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (۱۵۷)

قطعاً همه شما را با چیزی از ترس، گرسنگی، و کاهش در مالها و جانها و میوهها، آزمایش می‌کنیم؛ و بشارت ده به استقامت‌کنندگان! * آنها که هر گاه مصیبتی به آنها رسد می‌گویند: ما از آن خدا هستیم و به سوی او باز می‌گردیم! * اینها همانها هستند که الطاف و رحمت خدا شامل حالشان شده و آنها هستند هدایت‌یافتگان.»

[بقره]

بدون شك همه ما در زندگی مشکل داریم. در برابر مشکلات نباید خیلی بدبین بود و غرو لند زد و نباید خیلی هم خوش بین بود و دست روی دست گذاشت. واقع‌بینی بهترین راه حل است. اصل اول در واقع‌بینی هم این است که بدانیم منشأ مشکلات کجاست و چرا به وجود می‌آید؟ به عبارت دیگر، اگر ما با فلسفه اصلی مشکلات آشنا شویم، راحت تر می‌توانیم با آن کنار آمده و حل کنیم.

ما در اینجا قصد داریم با استعانت از نور هدایت گستر قرآن، در قالب ده اصل مختصر، به بینش و واقع‌بینی صحیح نسبت به مشکلات دست بیاییم. به دلیل اهمیت این بحث، در این گفتار، کمی با تفصیل بیشتری سخن می‌گوییم؛ گرچه همین مقدار نیز خلاصه‌ای از آینه واقع‌نمای قرآن درباره بلایا و مشکلات است:

اصل اول: همه مشکل دارند.

اصلاً قرار نیست زندگی بدون مشکل باشید. اگر شما در یک استادیوم پر از تماشاگر قصد خوابیدن و استراحت داشته باشید، انتظار بی‌جایی خواهد بود؛ چون کارکرد استادیوم، تماشای بازی است؛ نه خوابیدن. دنیا هم کارکردی دارد که نباید آن را اشتباه بگیریم. کارکرد دنیا آماده‌سازی و توشه‌چینی برای آخرت است و کارکرد آخرت، استقرار و ابدیت است: «إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَاعٌ وَإِنَّ الْآخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ؛ این زندگی دنیا، تنها متاع زودگذری است؛ و آخرت سرای همیشگی است.» (غافر، ۳۹) زندگی واقعی در سرای آخرت رخ می‌دهد: «وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ؛ و زندگی واقعی سرای آخرت است.» (عنکبوت، ۶۴)

دنیا با رنج و سختی عجین شده و توقع رسیدن به آرامش و لذت همیشگی در آن بی‌معناست. خالق و آفریدگار ما به صراحت در قرآن کریم گفته که انسان در رنج و سختی زندگی خواهد کرد: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ؛ بی‌تردید ما انسان را در رنج و مشقت آفریده‌ایم.» پس هیچ وقت تصور نکنید افرادی هستند که در زندگی خود با مشکل روبرو نشده‌اند. این امکان ندارد. همه مشکل دارند؛ هر چند جنس مشکلات یا مقدار آن متفاوت است.

اهل دولت غلط است آن‌که همه بی‌دردند هر که را دیدم از این طایفه آزاری داشت

اصل دوم: دنیا بالا و پایین دارد.

از قدیم گفته‌اند: «در همیشه بر روی یک پاشنه نمی چرخد.» این یک واقعیت است. برای همه انسان‌ها فرصت‌هایی به دست می‌آید که اگر درست استفاده کنند، بهره‌های مادی دنیا برایشان بیشتر خواهد شد. قرآن کریم هم بر این اصل تأکید نموده است: «وَ تِلْكَ الْأَيَّامُ نُدَاوِلُهَا بَيْنَ النَّاسِ؛ و ما این روزها (ی پیروزی و شکست) را در میان مردم می‌گردانیم...» (آل عمران، ۱۴۰)

بنابراین با مشکلات بسازید. خوشبخت کسی نیست که مشکلی ندارد؛ بلکه کسی است که با مشکل‌هایش مشکلی ندارد. برخی سختی‌ها نیاز به زمان دارد تا برطرف شود. گاهی حق با شماست، اما نیاز است تا زمانه بچرخد که چیزهایی برای شما یا دیگران ثابت شود. خداوند هم این سختی‌ها و تبعیض‌ها را می‌بیند، ولی گاه برای برطرف شدن آن صبر می‌کند تا حقیقت برای همه روشن شود. قصه‌های زیادی از قرآن این مطلب را روایت کرده است. انتظار طولانی بنی‌اسرائیل برای پیروزی بر فرعون، فراق طولانی یوسف و یعقوب، زندان رفتن حضرت یوسف، سختی‌های مسلمانان در مکه و مانند آن را به یاد بیاورید تا بدانید که سرانجام همه ماجراها به سود خداجویان تمام خواهد شد: «وَ الْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ؛ و عاقبت نیک برای پرهیزگاران است.» (قصص، ۸۳)

این چنین زیر و زبر عالم نمی‌ماند مدام می‌نشانند چرخ هر کس را به جای خویشتن

اصل سوم: آزمایش بندگان، سنت خداست.

خیلی از مشکلات در حقیقت، آزمون خداوند برای عیارسنجی عقیده و ایمان افراد است. این سنت حتمی الهی است. استثناء بردار هم نیست. بدون آزمایش خداوند، حجت برای ما تمام نمی‌شود که آیا به ادعای ایمان و بندگی خود پایبند هستیم یا نه؟ پس انتظار زندگی بدون آزمایش را نداشته باشید. خوب است این نکته را هم اضافه کنیم که از نظر منطق دینی، چیزی به اسم بخت و اقبال خوب یا بد و شانس وجود ندارد. هر چه هست که اراده خداوند بوده و حکمت مشخصی دارد؛ حتی اگر آن حکمت، فقط آزمایش بنده باشد.

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «أَحْسِبِ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ؛ آیا مردم گمان کردند همین که بگویند: «ایمان آوردیم»، به حال خود رها می‌شوند و آزمایش نخواهند شد؟!» (عنکبوت، ۲)

اصل چهارم: خودت را هم ببین!

پیکان اتهامات را در مشکلات به سمت دیگران نگیرید. ما تا زمانی که دیگران را مسبب ناکامی‌های خود بدانیم، هرگز موفق نخواهیم شد. چرا یک لحظه هم فکر نمی‌کنیم که شاید این مشکلات و بدبختی‌ها، بر اثر بی‌ملاحظگی و بی‌فکری خودمان افتاده است؟ آیا قبل از انجام کاریمان مشورت و اندیشه می‌کنیم؟ آیا از تجربه دیگران استفاده می‌کنیم؟ این چه عادت است که هر بلایی سرمان می‌آید، سریع آن را به سرنوشت و قضای الهی و امتحان و مصلحت و مانند آن پیوند می‌دهیم. باور کنید بسیاری از آن چیزهایی که مردم معمولاً سرنوشت می‌نامند، غالباً نتیجه رفتار ابلهانه خود آنان است.

به هر چه آری از نیک و از بد به جای بد از خویشتن بین و نیک از خدای

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «وَ مَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَ يَعْفُوا عَنْ كَثِيرٍ؛ هر مصیبتی به شما می‌رسد، به خاطر اعمالی است که انجام داده‌اید، و بسیاری را نیز خدا عفو می‌کند.» (شوری، ۳۰)

دنیای ما هر روز شاهد رستاخیز اعمال انسان‌هایی است که گرفتار عملکرد ناروای خود شده‌اند. این حقیقت به قدری واضح و ملموس است که از دیرباز موضوع ضرب‌المثل‌های مردم شده است: «هر چه کنی به خود کنی؛ گر همه نیک و بد کنی» «از هر دست بدهی، از همان دست هم می‌گیری» «از مکافات عمل غفل مشو؛ گندم از گندم بروید، جو ز جو» «تو نیکی کن و در دجله انداز، که ایزد در بیابانت دهد باز»

سوی ما آید نداها را صدا

این جهان کوه است و فعل ما ندا

بر کسی تهمت منه، بر خویش گرد

پس تو را هر غم که پیش آیدز درد

آیات متعددی از قرآن بیانگر این سنت الهی است. در سوره اسراء آیه ۷ می‌خوانیم: «إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا؛ اگر نیکی کنید، به خودتان نیکی می‌کنید؛ و اگر بدی کنید باز هم به خود می‌کنید.»

یکی از دانشمندان اسلامی در پایان عمر خود می‌گفت: «هر آنچه من در طول حیات علمی خود به دست آوردم، حکیم ابوالقاسم فردوسی در این بیت به زیبایی بیان کرده است:»

وگر پرنیان است، خود رشته‌ای

اگر بار، خار است خود کشته‌ای

اصل پنجم: گاهی به تلنگر خدا نیازمندیم.

انسان به طور عجیبی فراموش کار است. در هنگام سختی به یاد خدا می‌افتد و تضرع و زاری می‌کند و در هنگام خوشی، مغرور و فریفته می‌شود. خداوند گاهی به ما مشکلات ناچیزی را حواله می‌کند تا به خود بیاییم و غافل نشویم. همه ما گاهی نیاز به گوش‌مالی داریم تا از این غافل‌تر نشویم. این حکمت برخی مشکلات ماست. بزرگی می‌گفت: «اگر از همه جا ناامید شدی و در زندگی‌ات، گیری پیش آمد و راه بندان شد، بدان این همان لحظه‌ای است که در خانه خدا ایستاده‌ای. زنگ را بزن. بگو خدایا با من چه کار داشتی که راهم را بستی؟»

آری، اگر جاده زندگی همیشه صاف و مستقیم باشد، خوابمان می‌گیرد، مشکلات حکم همان دست اندازها را دارند. به قول شاعر:

همواری این راه مرا سر به هوا کرد

آسایش تن غافلم از یاد خدا کرد

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «وَمَا أَرْسَلْنَا فِي قَرْيَةٍ مِّنْ نَّبِيٍّ إِلَّا أَخَذْنَا أَهْلَهَا بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَضُرَّعُونَ؛ و ما هیچ شهر و آبادی پیامبری نفرستادیم مگر اینکه اهل آن را به ناراحتیها و خسارتها گرفتار ساختیم؛ شاید (به خود آیند، و به سوی خدا) بازگردند و تضرع کنند! (اعراف، ۹۴)»

اصل ششم: خداوند مصلحت ما را بهتر می‌داند.

به حکمت خدا ایمان داشته باشیم. مادری که علی‌رغم گریه نوزادش، داروی تلخی به وی می‌نوشاند، بی‌رحم و بی‌عاطفه نیست؛ بلکه می‌خواهد تا او را به آن چیزی که برایش مفیدتر است، هدایت کند. ما نیز گاهی از روی جهالت بر چیزهایی پافشاری می‌کنیم که در آینده به ضرر خودمان خواهد بود.

گاهی بهشت در دل آتش میسر است!

باید خلیل بود و به یار اعتماد کرد

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ»؛ چه بسا چیزی را خوش نداشته باشید، حال آن که خیر شما در آن است. و یا چیزی را دوست داشته باشید، حال آنکه شر شما در آن است. و خدا می‌داند، و شما نمی‌دانید.» (بقره، ۲۱۶)

اصل هفتم: خداوند ظرفیت هر کس را خوب می‌شناسد.

برخی افراد ظرفیت دارایی و برخی دیگر ظرفیت فقر را ندارند. این را همه ما قبول داریم و نمونه‌هایش را هم در اطرافیانمان مشاهده می‌کنیم. خداوند بهتر از هر کسی به ظرفیت وجودی ما آگاه است. او از در رحمت خود به بندگان همانی را می‌دهد که با آن سازگاری بیشتری دارند. در حدیث قدسی آمده است که خداوند فرمود: «بعضی از بندگان من طوری هستند که چیزی جز بی‌نیازی (مالی) به صلاحشان نیست و برخی از بندگان هستند که چیزی جز فقر به صلاحشان نیست و من به هر دو همانی را می‌دهم که به سودشان است.»

آن کس که توانگرت نمی‌گرداند او مصلحت تو از تو بهتر داند

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ وَلَكِنْ نُنزِلُ بَقَدَرٍ مَّا يَشَاءُ إِنَّهُ بِعِبَادِهِ خَبِيرٌ بَصِيرٌ؛ اگر خدا رزق را بر بندگانش وسعت دهد، در زمین سرکشی و ستم کنند، ولی آنچه را بخواهد به اندازه نازل می‌کند؛ یقیناً او به بندگانش آگاه و بیناست.» (شوری، ۲۷)

اصل هشتم: برخی مشکلات برای بهتر شدن ماست.

میخ‌هایی در دیوار محکم‌تر هستند که ضربات سخت‌تری را تحمل کرده باشند. بعضی از مشکلات فقط به خاطر ایجاد روحیه مقاومت و صبر است؛ درست مثل درختی که در بیابان می‌روید و با طوفان‌های سهمگین سازگاری دارد. خداوند گاهی بندگان خاصش را به بلا و مصیبت سخت دچار می‌کند تا رشد و تعالی بیشتری یابند و ملکات اخلاقی آنان بروز پیدا کند. در حدیثی از پیامبر گرامی اسلام (ص) است که «شدیدترین بلاها در رتبه اول برای پیامبران، سپس برای اوصیای آنان و پس از آن، برای هر کسی است که به آنان شباهت بیشتری دارد.»

هر که در این بزم مقرب‌تر است جام بلا بیشترش می‌دهند

اگر به آیه ابتدایی این گفتار دوباره توجه کنیم، خواهیم دید که دست کم سه پیام اصلی از این آیات برداشت می‌شود:
۱- از آیه اول می‌فهمیم که همه بندگان به هرگونه که باشد، مورد امتحان الهی قرار می‌گیرند و در این میان، آن‌ها که صبر و بردباری پیشه کنند، پیروز خواهند بود. ۲- از آیه دوم می‌فهمیم که صابران همواره به خودشان یادآوری می‌کنند که اصل نعمت‌ها از خداست و بازگشت آن هم به سوی خداست؛ یعنی همه چیز را امانت خدا می‌دانند و به همین دلیل، راحت‌تر می‌توانند صبر کنند. ۳- و از آیه سوم می‌فهمیم که صابران از بخشش‌ها و رحمت‌های فراوان الهی بهره‌مند خواهند شد.

آنانکه با خدنگِ جفای تو، خو کنند تیری نخورده، تیرِ دگر آرزو کنند.

اصل نهم: برخی مشکلات، برای شکوفایی استعدادهاست.

انسان به هنگام سختی روی پای خود ایستاده و تلاش بیشتری می‌کند تا بر مشکلات پیروز شود. در چنین حالتی، استعدادهای بالقوه او شکوفا شده و خودآگاهی واقعی صورت می‌گیرد. بسیاری از پیشرفت‌های بشری و اختراعات نتیجه همین محرومیت‌هاست. به قول معروف، «دریای آرام، هیچگاه ملوانی ماهر تربیت نکرده است.» پس اگر در زندگی با مشکلی مواجه شدیم، بدانیم که خداوند هرگز مشکلی را سر راهمان نمی‌گذارد، مگر آن که بداند شایستگی و گنجایش رویارویی با آن و توانایی از بین بردن آن را نیز داریم. وقتی زندگی مسیرش رو به سمت دشوارتر شدن عوض می‌کند، شما به سمت قوی شدن تغییر مسیر بدهید.

افزوده می‌شود. ز شکستن سپاه من

اندیشه از شکست ندارم، که همچو موج

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا؛ مَسْلَمًا بَا (هر) سختی آسانی است.» (شرح، ۵)

اصل دهم: فریب زرق و برق زندگی کافران را نخورید.

از دیرباز این پرسش برای برخی مؤمنان سست‌ایمان مطرح بوده که چرا زندگی افراد گناه‌کار و کافر اکثراً با رفاه و امکانات بیشتری همراه است؟ پاسخ این سؤال مهم است؛ چون به بینش صحیح ما در مقایسه حال خود با دیگران کمک می‌کند. به همین دلیل، در قرآن کریم به تفصیل و در آیات متعدد به این سؤال پرداخته شده است. به طور کلی می‌توان حدود پنج پاسخ را برای این سؤال در قرآن یافت.

اولاً، کافران نیز سختی و گرفتاری زیادی دارند؛ بلکه همین دردسر و مشغله زیاد بابت مال و منال بیشتر جانشان را به تنگ آورده است: «وَلَا تُعْجِبْكَ أَمْوَالُهُمْ وَأَوْلَادُهُمْ إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُعَذِّبَهُمْ بِهَا فِي الدُّنْيَا وَتَزْهَقَ أَنْفُسُهُمْ وَهُمْ كَافِرُونَ؛ مبادا اموال و فرزندان‌شان، مایه شگفتی تو گردد! (این برای آنها نعمت نیست؛ بلکه) خدا می‌خواهد آنها را به این وسیله در دنیا عذاب کند، و جانشان برآید در حالی که کافران!» (توبه، ۸۵)

اسیر مال دنیا راحتی جز غم نمی‌باشد مُقید را چه سود از اینکه زنجیرش طلا باشد

ثانیاً، بر فرض که خوشی آنان واقعی باشد، موقتی و زودگذر است: «لَا يَغْنَثُكَ تَقَلُّبُ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي الْبِلَادِ * مَتَاعٌ قَلِيلٌ ثُمَّ مَا لَهُمْ جَهَنَّمَ وَبِئْسَ الْمِهَادُ؛ جنب و جوش پیروزمندانه کافران در شهرها، تو را نفریبد! این (برخورداری اندکی است) از دنیا، سپس جایگاهشان جهنم است و آن بد آرامگاهی است.»

عمر متوسط انسان هفتاد تا هشتاد سال است. غالباً نیمه اول این عمر را به جمع‌آوری ثروت و خانه و ماشین و اعتبار و مدرک مشغول می‌شویم تا در ادامه عمر، خوش باشیم؛ اما هنگامی که به میانسالی می‌رسیم، به علت فروکش کردن هیجانات جوانی و هجوم بیماری‌های جسمی و روحی، دیگر آن رغبت نیز وجود ندارد. در حقیقت، همه عمر به پوچی و بیهودگی گذشته است:

چون گل رعنا، خزان و نوبهاری بیش نیست

پشت و روی باغ دنیا را مکرر دیده‌ایم

ثالثاً، زرق و برق دنیوی بی ارزش است. مضمون آیه ۳۳ سوره مبارکه زخرف این چنین است: «اگر ما از کفر و پشیمانی برخی مؤمنان نمی ترسیدیم، سقف خانه‌های کافران را از نقره و پله‌ها و درب‌هایش را از جواهرات گران‌بها قرار می دادیم.» پیام آیه این است که خداوند می گوید دنیا به قدری بی ارزش و پیش پا افتاده است که اگر تمام آن را هم به کافران بدهیم، مؤمنان واقعی به آن طمع نمی کنند. آیا اگر وارد مهد کودکی شوید و ببینید مربی به هر یک از کودکان، یک مشت شکلات داده است، ناراحت شده و گریه می کنید که چرا به شما شکلات نرسیده است؟ آیا خوردن شکلات همان ارزش و لذتی را برای شما دارد که در نظر کودکان است؟! هرگز این چنین نیست. در نظر مؤمنان نیز، زرق و برق دنیا مثل همان شکلات‌هایی می ماند که کودکان در مهد کودک برای آن خوشحال یا ناراحت می شوند. همان گونه که شکلات خوردن در نگاه ما کم ارزش است، برای مؤمنان زخارف دنیوی ناچیز و کم ارزش است.

ای که دانی به یقین خشت شود قالب تو از چه بیهوده نهی خشت همی بر سر خشت

رباعاً، خداوند به همه ی انسان‌ها؛ از جمله کافران؛ مهلت می دهد تا شاید از راه باطل بازگشته و توبه نمایند، ولی اگر از توبه آنان ناامید شد، ایشان را به حال خود رها می کند تا غرق در نعمت و شادی شوند و بر گناه خود بیفزایند: «وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّمَا نُمَلِّي لَهُمْ خَيْرٌ لِّأَنفُسِهِمْ إِنَّمَا نُمَلِّي لَهُمْ لِيُزِدُوا إِثْمًا وَ لَهُمْ عَذَابٌ مُّهِينٌ؛ آن‌ها که کافر شدند، (و راه طغیان پیش گرفتند)، تصور نکنند اگر به آنان مهلت می دهیم، به سودشان است! ما به آنان مهلت می دهیم فقط برای اینکه بر گناهان خود بیفزایند؛ و برای آن‌ها، عذاب خوارکننده‌ای (آماده شده) است.»

امام علی (ع) در یکی از حکمت‌های ناب خود می فرماید: «ای فرزند آدم، اگر دیدی دنیا به تو روی کرده و تو از خداوند غافل شده‌ای، از مکر خدا بترس.»

این نه نشاط است کز آن خوشدلی غافل از خود که ز خود غافل

خامساً، وقتی خداوند از کافران به کلی ناامید می شود، به برخی از آن‌ها امکانات بیشتر می دهد تا عشق به جلوه‌های دنیا در وجودشان بیشتر شود و به آن وابستگی شدیدتری پیدا کنند. آن گاه خداوند در لحظه معین و ناگهانی، نعمت‌ها را از آنان گرفته و به یکباره مرگ به سراغشان می آید و این تلخ‌ترین نوع جدایی از دنیاست: «فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُكِّرُوا بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمُ أَبْوَابَ كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى إِذَا فَرِحُوا بِمَا أُوتُوا أَخَذْنَاهُمْ بَغْتَةً فَإِذَا هُمْ مُبْلِسُونَ؛ آن زمان که هشدارهایی را که به آنان داده شده بود، فراموش کردند، درهای هر چیز (از نعمت و آسایش) را بر آنان گشودیم تا (کاملاً) خوشحال شدند (و به آن دل بستند)؛ ناگهان آنها را گرفتیم (و سخت مجازات کردیم)؛ در این هنگام، همگی مأیوس و درمانده شدند.»

آن که در نعمت و در راحت و آسایش زیست مُردنش زین همه شک نیست که دشوار آید

اکنون که این ده اصل را شناختیم، به خوبی می توانیم نسبت به مشکلاتی که در آن قرار داریم، شناخت پیدا کرده و به دنبال راه حل آن بگردیم. در گفتارهای بعد، پیرامون راه‌های حل بحران و مشکل از نگاه قرآن کریم سخن خواهیم گفت.

موضوع ۵۰: اخلاص و باور به راه‌گشایی الهی

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

و آنها که در راه ما (با خلوص تبت) جهاد کنند، قطعاً به راه‌های خود، هدایتشان خواهیم کرد: و خداوند با نیکوکاران است.

(عنکبوت، ۶۹)

اخلاص به این معناست که در کارهایمان، قصدی به جز خشنودی خداوند نداشته باشیم. طبیعی است که این فضیلت اخلاقی، مراتب عالی و بلندی دارد که دست ما از درک آن عاجز است، ولی این نمی‌تواند به معنای بی‌اعتنایی ما نسبت به آن باشد؛ زیرا هر قدر در کارهایمان به دنبال انگیزه‌های ناب‌تر و پایدارتر باشیم، دقت و انگیزه بیشتری صرف می‌کنیم و بالطبع آثار بهتری هم از خود به جای می‌گذاریم. به همین خاطر، پیامبر گرامی اسلام (ص) فرمودند: «إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ؛ مسلماً ارزش هر عمل با نیت آن سنجیده می‌شود.» اهمیت اخلاص وقتی روشن می‌شود که بدانیم ابلیس هنگامی که سوگند خورد دودمان انسان را گمراه خواهد کرد، تنها یک گروه را از تأثیر فریب‌های خود استثناء کرد و آن گروه افرادی هستند که خداوند آنان را به درجه اخلاص کامل رسانده باشد: « قَالَ رَبِّ بِمَا أَعُوذُ بِكَ لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَأُعْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ * إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِينَ » (حجر، ۴۰)

آری، کار که برای هدف بزرگی باشد، اثرش اعجاب‌آورتر است؛ نشانه‌اش هم این است که بهترین و محکم‌ترین بناها در طول تاریخ، بناهای مذهبی بوده‌اند و اثرگذارترین کتاب‌ها در تنهایی و بی‌خبری همگان نوشته شده است. مهم‌ترین و تعیین‌کننده‌ترین راز موفقیت بزرگانی چون امام خمینی (ره) نیز، همان اخلاص و توجه و اتصال به خدا بود. آری این قانون نانوشته خلقت است: «مَنْ كَانَ لِلَّهِ كَانَ اللَّهُ لَهُ؛ هر کس برای خدا باشد، خدا برای اوست.»

ای دل، زیان و سود چه جویی که در جهان آن سود بُرد، کز سرِ سود و زیان گذشت

اخلاص سبب جلب عنایت و لطف الهی نیز می‌شود و چون مالک و صاحب‌اختیار همه عالم خداست، پس اگر او به یاری ما بیاید، آن کار جاودانه و موفقی می‌گردد. آیه بالا به همین حقیقت اشاره می‌کند. در آیه ۹۶ سوره نحل می‌خوانیم: «مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ؛ آنچه در نزد شماست تمام و فانی می‌شود و آنچه در نزد خداست پایدار و باقی است.» مقصود از این آیه این است که هر کاری به هر میزان که برای خدا انجام شده باشد و نزد او محفوظ بماند، باقی و جاودانه است و در غیر این صورت، فناشدنی است. خداوند در جای دیگر قرآن رنگ خدایی را بهترین رنگ‌ها می‌داند که یعنی به کارهای خودتان رنگ خدایی بزنید: «صِبْغَةَ اللَّهِ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً؛ رنگ خدایی (به خود بگیرد) و چه رنگی از رنگ خدایی بهتر است؟!» (بقره، ۱۳۸) امام علی (ع) می‌فرماید: «عمل همه‌اش پوچ است؛ مگر آنچه برای خدا انجام شود.» بنابراین برای پیشبرد امورمان کافی است کمی به کارهایمان رنگ خدایی بدهیم. نیازی هم نیست به انتظار پاداش بنشینیم. خداوند به آن کس که در کارهایش رضای او را در نظر می‌گیرد، لطف کرده و پاداش چند برابر می‌دهد:

که خواجه خود روش بنده‌پروری داند!

تو بندگی چو گدایان به شرط مزد مکن

از آنچه گفتیم روشن شد که اخلاص فقط شرط قبولی عبادات نیست؛ بلکه شرط موفقیت در همه کارهای زندگی است. حتی اگر خانه‌ای می‌خواهیم بسازیم یا کتابی بنویسیم یا در امتحان و آزمونی شرکت کنیم یا تجارتي انجام دهیم و خلاصه گفتن و شنیدن و هر کار دیگر، اگر برای خدا باشد، مسلماً برای ما بهتر و موفق‌تر است. امام علی (ع) می‌فرماید: «أَخْلِصُوا أَعْمَالَكُمْ تَسْعَدُوا؛ اعمالتان را خالص کنید تا سعادتمند شوید.»

روشن است که اگر خداوند یار و یاور کسی باشد، موفقیت برای او تضمین شده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَنْصُرُوا اللَّهَ يَنْصُرْكُمْ وَ يُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، اگر خدا را (پیامبر و دین و کتاب او را) یاری نمایید خدا هم شما را (در رسیدن به اهدافتان) یاری می‌کند و قدم‌های شما را استوار می‌دارد.» (محمد، ۷) در آیه ابتدایی این گفتار خداوند وعده می‌دهد که هر کس در راه او تلاش کند، راه‌های هدایت را به وی نشان داده و او را همراهی کند. آری، این ندای همیشگی مؤمنان است که به پیروی از رسول خداوند و در بحبوحه مشکلات، همواره می‌گویند: «لَا تَحْزَنُ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا» (توبه، ۴۰)

اخلاص علاوه بر موفقیت در کارها، فواید دیگری نیز دارد. از آن جمله می‌توان به محبوبیت اشاره کرد. حضرت زهرا (س) می‌فرماید: «کسی که بین خود و خدایش را اصلاح کند، خداوند رابطه او و بندگان را اصلاح خواهد کرد.»

از دلت آینه سان رنگ و دو رویی پاک کن پاک طینت هر که شد، محبوب دل‌ها می‌شود
چه نیکوست که در همه کارهایمان جز به رضای حق نیندیشیم؛ تنها او را عبادت کرده و تنها از او یاری بجویم و آینه قلب خود را از هر نیت و غرض آلوده‌ای پاک کنیم. البته اگر کسی مزه اخلاص را بچشد، آن را جایگزین هیچ نیت دیگری، حتی بهشت برین، نخواهد کرد.

| | |
|------------------------------------|---------------------------------|
| آن کس که تو را شناخت جان را چه کند | فرزند و عیال و خانمان را چه کند |
| دیوانه کنی هر دو جهانش را بخشی | دیوانه تو هر دو جهان را چه کند |

موضوع ۵۱: توکل و اعتماد بر خدا

... وَ مَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ...

و کسی که بر خدا توکل کند خدا برای [انجام کارش] بس است. مسلماً خدا کار خود را به انجام می‌رساند.

(طلاق، ۳)

«توکل» یکی از مفاهیم اصلی و گسترده در اخلاق و عرفان اسلامی است و نقش بی‌بدیل و کاربردی در سبک زندگی دینی دارد. مفهوم توکل به معنای تکیه و اعتماد بر خداست؛ به گونه‌ای که به انسان با وجود تلاش و امید در کارها، موفقیت در آن را مشروط به اراده خداوند بداند. به عبارت ساده‌تر، واگذاری کار به خداوند و انتخاب او به وکالت؛ همان گونه که ما برای کارها و کیل می‌گیریم؛ بلکه از این هم بالاتر، مثل هر کودکی که فقط مادر خود را می‌شناسد و با حضور او آرام است و با نبودنش، هراسان و گریان.

ز گاهواره تسلیم کن سفینه خویش میان بحر بلا در کنار مادر باش

حقیقت امر آن است که اگر کاری بخواهد پیش رود و به نتیجه برسد، غیر از اراده و تلاش ما نیاز به اسباب و عوامل دیگری هم دارد. همه این عوامل در اختیار ما نیست. نقش خداوند در پیشبرد امور بیشتر از نقش خود ماست. خیلی وقت‌ها ما اراده لازم و تلاش کافی برای کاری را داشته‌ایم؛ اما به‌خاطر مانعی از موفقیت در آن کار محروم شده‌ایم. بنابراین انسان عاقل و خردمند، افزون بر تلاش فردی، می‌داند که کارگردان اصلی جهان خداست و هیچ برگی بی‌اذن او بر زمین نمی‌افتد. پس به او توکل کرده و از او استعانت می‌جوید.

تکیه بر تقوا و دانش در طریقت کافریت راهرو گر صد هنر دارد توکل بایدهش

گستره توکل بسیار وسیع است و حجم وسیعی از آیات و روایات ما را در بر گرفته است. آیه بالا یکی از صریح‌ترین و لطیف‌ترین آیات قرآن درباره توکل است که توجه خداوند را برای موفقیت در کارها کافی می‌داند. این مضمون در آیه ۳۶ سوره زمر نیز آمده است: «أَلَيْسَ اللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُ؟ يَا خِداَ بَرَاىَ بِنْدَه‌اش كَافى نىست.» امام باقر علیه السلام فرمود: «آنکه به خدا توکل کند، مغلوب نشود و آنکه به خدا توسل جوید، شکست نمی‌خورد.»

و اگر بر تو ببندد، همه ره‌ها و گذرها ره پنهان بنماید که کس آن راه نداند

نقل است که برادران حضرت یوسف وقتی می‌خواستند یوسف را در چاه بیندازند، یوسف لبخندی زد. برادر یوسف (یهودا) از او پرسید: «چرا می‌خندی؟ اینجا که جای خنده نیست!» یوسف گفت: «روزی در این فکر بودم که چه کسی می‌تواند با من دشمنی کند؛ وقتی برادران نیرومندی مانند شما دارم. و اینک خداوند همین برادران را بر من مسلط کرد تا بدانم که غیر از خدا تکیه‌گاهی نیست.» حکایات فراوان دیگری نیز درباره توکل وجود دارد. در قرآن کریم، ماجرای به رود انداخته‌شدن موسی توسط مادرش، نجات بنی‌اسرائیل از چنگال فرعون در اوج ناامیدی‌شان، عزت یوسف در

تنهایی و بی کسی، نجات ابراهیم در دل آتش، همه و همه نشان از آن دارد که اگر همه دنیا بخواد کسی را خوار و ذلیل کنند و خدا نخواهد، نمی‌توانند؟ پس به تدبیرش اعتماد کن و به حکمتش دل بسپار و به او توکل کن.

باید خلیل بود و به یار اعتماد کرد گاهی بهشت در دل آتش میسر است

روشن است که توکل به معنای دست کشیدن از تلاش و یاری خواستن از دیگران در کارها نیست؛ بلکه به معنای دوری از تکیه به غیر خدا در پیروزی و ناامیدی از خدا در شکست‌هاست. امام صادق علیه‌السلام را دیدند که کشاورزی نمی‌کنند. به آنها فرمود: شما چه کاره‌اید؟ عرض کردند: «ما توکل کنیم». فرمود: «نه، شما سربار [دیگران] هستید. «مستدرک الوسائل: ۱۱/۲۱۷/۱۲۷۸۹». امروزه نیز دیده می‌شود که برخی ظاهرگرایان، مفهوم والای توکل را به معنای کنار گذاشتن عقل و تدبیر و همت و تلاش و نیز روی آوردن به استخاره و دعا و ... دانسته‌اند.

تا داده‌ام عنان توکل ز دست خویش کارم همیشه در گره از استخاره‌هاست

نشانه توکل این است که ما خدا را همه‌کاره عالم بدانیم و چشم طمع به هیچ کس جز خدا نداشته باشیم. در گرفتاری‌ها پریشان نشده و در شادی‌ها مغرور نباشیم. به عبارت دیگر، زمانی که به مضمون این آیه باور داشتیم، آنگاه به منزل «توکل» بار یافته‌ایم. «وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِنْ يُرِدْكَ بِخَيْرٍ فَلَا رَادَّ لِفَضْلِهِ يُصِيبُ بِهِ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَهُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ» و اگر خدا گزند و آسیبی به تو رساند، آن را جز او برطرف کننده‌ای نیست، و اگر برای تو خیری بخواید، فضل و احسانش را دفع کننده‌ای نیست؛ خیرش را به هر کس از بندگانش بخواید می‌رساند و او بسیار آمرزنده و مهربان است.» (یونس/۱۰۷)

دور گردون گر دو روزی بر مراد ما نرفت دائماً یک سان نباشد حال دوران غم مخور
هان مشو نومید چون واقف نه‌ای از سر غیب باشد اندر پرده بازی‌های پنهان غم مخور
ای دل ار سیل فنا بنیاد هستی بر کند چون تو را نوح است کشتیبان ز طوفان غم مخور

موضوع ۵۲: صبر و پایداری

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

ای کسانی که ایمان آوردید از صبر و نماز یاری جوئید که خدا با صابران است.

(بقره، ۱۵۳)

همه ما به طور طبیعی در زندگی با مشکلات زیادی دست و پنجه نرم می‌کنیم. برطرف شدن برخی از این مشکلات نیاز به زمان و بردباری دارد. از این رو، صبر به منزله راه نجاتی برای فائق آمدن بر مشکلات باید مورد توجه هر انسان فرزانه‌ای قرار بگیرد. «صبر» از مهمترین ارکان ایمان و رمز موفقیت و پیشبرد کارهاست. به همین خاطر، در قرآن کریم بیش از هفتاد بار از آن سخن به میان آمده است. مخاطب بخش زیادی از این آیات، شخص پیغمبر اسلام (ص) است که در راه تبلیغ دین و مقابله با سختی‌های آن نیاز به صبر دارد: «فَاصْبِرْ صَبْرًا جَمِيلًا؛ پس صبر جمیل پیشه کن.» (معارج، ۵) «فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُو الْعَزْمِ مِنَ الرُّسُلِ؛ پس صبر کن آن گونه که پیامبران اولو العزم صبر کردند.» (احقاف، ۳۵) در قرآن کریم آمده است که لقمان حکیم به فرزندش چنین وصیت کرد: «وَاصْبِرْ عَلٰی مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ؛ و در برابر مصایبی که به تو می‌رسد، شکمیا باش که این صبر از کارهای بسیار مهمی است که باید بر آن اهتمام ورزید» (لقمان، ۱۷)

گنج صبر، اختیار لقمان است هر که را صبر نیست، حکمت نیست

قرآن کریم هم‌چنین، پاداش صابران بیش از درک و فهم انسان‌ها دانسته است: «إِنَّمَا يُؤَفِّقِي الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ؛ صابران اجر و پاداش خود را بی حساب دریافت می‌دارند!» (زمر، ۱۰) در جای دیگر و از زبان فرشتگان، کلید ورود بهشت برای مؤمنان را صبر و استقامت شمرده شده است: «فرشتگان بر در بهشت به استقبال می‌آیند و به آنها می‌گویند: «سلام علیکم بما صبرتم؛ سلام بر شما به خاطر صبر و استقامتان.» (رعد، ۲۴)

از همه آنچه گفتیم روشن می‌گردد که این فضیلت اخلاقی تا چه میزان دارای اهمیت و کاربرد است. با مروری بر آیات و روایات پیرامون صبر، درمی‌یابیم که صبر دارای ابعاد مختلفی است. رسول خدا (ص) می‌فرماید: «الصَّبْرُ ثَلَاثَةٌ صَبْرٌ عِنْدَ الْمُصِيبَةِ وَ صَبْرٌ عَلَى الطَّاعَةِ وَ صَبْرٌ عَنِ الْمَعْصِيَةِ؛ صبر سه قسم است: صبر در مصیبت و سختی‌ها، و صبر بر اطاعت، و صبر بر گناه و معصیت.»

منظور از «صبر بر اطاعت»، پایبندی به دستورات دین علی‌رغم مشکلات نفسانی و سختی‌های بیرونی است؛ مانند روزه‌داری در تابستان برای افراد ضعیف و آن‌ها که شغل سختی دارند، یا رعایت حجاب برای زنان در گرمای طاقت‌فرسا، یا اقامه نماز اول وقت در اوج کارهای ضروری، یا حتی ادای واجبات مالی مثل خمس و زکات با وجود نیاز شخصی؛ و خلاصه گردن‌نهادن هر چیزی که خداوند به آن تکلیف کرده و مقدم کردن آن بر میل باطنی خودمان.

است. ایستادگی و مقاومت ساحران فرعون در برابر تهدیدهای او و نیز پایداری همسرش؛ آسیه در راه عقیده از نمونه‌های از نمونه‌های صبر بر اطاعت در قرآن کریم است.

منظور از «صبر بر معصیت»، ایستادگی در برابر شعله‌های سرکش شهوات و لذت‌های نفسانی است. این نوع از صبر بسیار سخت و در عین حال ارزنده است. صبر حضرت یوسف نمونه ارزنده صبر در معصیت و گناه است. از پیامبر گرامی اسلام (ص) نقل شده است: «در روز قیامت خداوند به بعضی بال می‌دهد و از همان جا که زنده شدند به سوی بهشت پرواز می‌کنند و در بهشت به هر جا که بخواهند، می‌روند. فرشتگان تعجب کرده و از ایشان می‌پرسند: «آیا شما حسابرسی شدید؟» می‌گویند: «خیر». دوباره می‌پرسند: «آیا از پل صراط گذشتید؟» می‌گویند: «خیر». می‌گویند نه. با شگفتی می‌پرسند: «پس چگونه به این رتبه رسیدید؟» در پاسخ می‌گویند: «كُنَّا إِذَا خَلَوْنَا نَسْتَحْيِي أَنْ نَعْصِيَهُ وَ نَرْضَى بِمَا قُتِّمْنَا؛ ما وقتی در خلوت بودیم حیا میکردیم که معصیت خدا بکنیم و به آنچه خدا برای ما مقدر کرده، راضی بودیم.» سپس فرشتگان به آنان می‌گویند: «به راستی که شما شایسته این مقام هستید.»

به هر بلا که رسد از خدا تو صابر باش بدان که روزه رضوان بود جزای صبور

اما منظور از «صبر بر مصیبت»، آن است که انسان در طول زندگی، در برابر حوادث دردناکی، مانند از دست دادن عزیزان و ورشکستگی و بیماری‌های صعب‌العلاج و ... سکون و آرامش خود را حفظ کند و جزع و بی‌تابی نکند؛ آن‌چنان که یعقوب در فراق یوسف گفت: «فَصَبْرٌ جَمِيلٌ؛ من صبر جمیل پیشه می‌کنم.» (یوسف، ۱۸)

اکنون خوب است دوباره نگاهی به آیه ابتدایی این گفتار بیندازیم. در این آیه ابتدایی گفتار، خداوند از مؤمنان می‌خواهد تا در مشکلات، از نماز و روزه یاری بگیرند و بدانند که لطف و عنایت همیشگی خداوند با صابران است. این آیه دارای مفهوم وسیعی است و هر گونه صبر و استقامت را شامل می‌شود، خواه صبر به اطاعت یا بر معصیت یا بر مصیبت باشد. از این آیه دو نکته مهم فهمیده می‌شود: اولاً صبر به معنای بی‌حرکتی و از پا نشیدن نیست؛ بلکه مهارتی است که باید به چنگ آورد تا ابزار یاری انسان در مشکلات شود؛ ثانیاً هر گاه پیمانان صبر انسان لبریز شده و طاقتش تمام شد، می‌تواند از نماز کمک بگیرد؛ زیرا نماز و رابطه با خداوند قوت قلب و اراده او را افزایش می‌دهد. این همان روشی است که پیامبر اسلام (ص) برای مقابله با مشکلات از آن بهره می‌جست. امام علی (ع) فرمودند: «لَا يَعْدَمُ الصَّبْرُ الظَّفَرَ وَ إِنِ طَالَ بِهِ الزَّمَانُ؛ انسان صبور و شکیبا پیروزی را از دست نمی‌دهد، اگرچه زمانی طول بکشد.»

منشین ترش از گردش ایام که صبر تلخ است ولیکن بر شیرین دارد

موضوع ۵۳: مشورت

وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ

و کسانی که دعوت پروردگارشان را اجابت کرده و نماز را برپا می‌دارند و کارهایشان به صورت مشورت در میان آنهاست و از آنچه به آنها روزی داده‌ایم انفاق می‌کنند

(شوری، ۳۸)

آیه بالا به یکی از مهم‌ترین رموز موفقیت افراد بزرگ اشاره می‌کند که متأسفانه امروزه کمتر به آن عمل می‌شود و آن «مشورت کردن» است. نیمی از موفقیت به انتخاب مسیر درست بستگی دارد. این موضوع با توجه به وسعت موضوعات و پیچیدگی مسائل و نیز گستردگی اطلاعات، ضرورت بیشتری نیز پیدا کرده است. افرادی که برای عبور از مراحل سخت و حساس زندگی خود، از اندیشه و رأی دیگران نیز استفاده کرده و خودشان را عقل کل نمی‌دانند، انتخابی بهتر و امن‌تر را تجربه می‌کنند.

در آیات و روایات زیادی نیز، به نقش محوری «مشاوره» به مثابه پویایی بر اساس خورورزی و دوراندیشی و به منظور عاملی برای جلوگیری از ناکامی و ملامت دیگران اشاره شده است. امام علی(ع) در سخنی بسیار زیبا و حکیمانه می‌فرماید: «خردمند، از مشورت دیگران بی‌نیاز نیست.» دقت در تعبیر روایت این مفهوم را دارد که نه فقط افراد کم سواد و بی تجربه یا جوان و ...؛ بلکه حتی افراد فرزانه و خردمند نباید خودشان را بی‌نیاز از مشورت با دیگران بدانند؛ زیرا روشن است که برخورداری از تجربه و دانش چند نفر بهتر از دانش یک نفر است و با مشورت نه تنها چیزی از دست نمی‌رود؛ بلکه ابعاد و پنجره‌های تازه‌تری برای اندیشه و تدبیر فرد دوراندیش باز می‌گردد:

این خردها چون مصابیح انور است بیست مصباح از یکی روشن تر است

خداوند در آیه بالا، یکی از اوصاف بندگان شایسته خود را مشورت کردن می‌داند.. تعبیر بلاغی عبارت «وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ» و کارهایشان به صورت مشورت در میان آنهاست. بیان‌گر این نکته است که این افراد همواره و به صورت یک عادت همیشگی، به این کار اهتمام دارند.

سیره و روش بزرگان دین هم مشورت و نظرخواهی بوده است. آن حضرات با آن که خود متصل به خزانه علم الهی بوده و از والاترین اندیشه‌ها و آراء بهره می‌بردند، باز هم در کارهایشان با دیگران مشورت می‌کردند. پیامبر گرامی اسلام همواره در امور جنگی و غیرجنگی که به سرنوشت اجرایی مسلمانان مربوط می‌شد، از آنان نظر می‌خواست و به رأی آنان احترام می‌گذاشت. این امر هم به خاطر نشان دادن اهمیت مشورت به مسلمانان بود و هم به خاطر مصالحی که مشورت کردن با مردم برای رهبران دینی دارد. دستور مستقیم آیه ۱۵۹ سوره آل عمران نیز این چنین است: «فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ» به سبب بخشایشی از خداوند با آنها ملایمت کردی و اگر درشتخوی

سخت دل بودی، البته از پیرامون تو پراکنده می شدند. پس، از آنها در گذر و برای آنها طلب آموزش کن و با آنها در کار مشورت نما و چون تصمیم گرفتی پس بر خدا توکل کن. همانا خداوند توکل کنندگان را دوست دارد.» جالب آنکه این دستور زمانی صادر شد که آن حضرت در جنگ احد با مسلمانان مشورت کرد و نظر اکثریت بر این شد که دامنه کوه احد را به عنوان اردوگاه انتخاب کنند، ولی بعدها معلوم شد که اگر جای دیگری محل جنگ می بود، در جنگ پیروز می شدند. به همین خاطر، برخی آن حضرت را ملامت می کردند که چرا به نظر اکثریت تمکین کردند. اینجا بود که خداوند بار دیگر بر لزوم مشورت آن حضرت با مسلمین تأکید کرد؛ زیرا هر چند گاهی نتیجه مشورت سودمند نیست؛ اما مصالح زیادی دارد که به ضررش می ارزد.

خیلی از افراد با خودرأیی و استبداد رأی کاری را انجام می دهند و پس از دچار شدن به مشکل و تجربه نتایج تلخ آن، نقش خویش را در انتخاب نادرست فراموش کرده و با نهایت بی انصافی دیگران یا حتی عدالت خدا را زیر سؤال می برند. این آدم ها اگر می دانستند که در مشورت، چه منافع زیادی نهفته است، هیچ گاه از آن غفلت نمی کردند. رسول خدا(ص) بر این نکته تأکید کرده اند که: «هیچ پشتیبانی مورد اعتمادتر از مشاوره نیست.» امام کاظم (علیه السلام) نیز فایده مشورت را این گونه بیان می کند: «کسی که مشورت کند و کاری را انجام دهد، اگر اثر مفید همراه داشت، مورد ستایش دیگران واقع می شود و همه از او تعریف و تمجید می کنند و در صورتی که با شکست مواجه شود، دیگران لااقل او را مورد سرزنش قرار نمی دهند.»

مشورت در کارها واجب بود تا پشیمانی در آخر کم شود

عقل ها مر عقل را یاری دهد مشورت ادراک و هشیاری دهد

نکته مهم و قابل توجه این است که مشورت هم آداب و شرایطی دارد که بی توجهی به آن سبب محرومیت از فواید آن می شود و به همین دلیل در روایات اسلامی تأکید زیاد شده که مشورت باید با افراد متدین، امین و رازدار، مثبت اندیش و از مهم تر، خردمند و کاردان باشد.

عقلِ سختی دیدگان شمشیر صیقل داده ای است مشورت زنهار با مردان کارافزاده کن

موضوع ۵۴: تفکر و اندیشه‌ورزی

إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصَّمُّ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ

بدترین جنبنندگان نزد خدا، افراد کر و لالی هستند که اندیشه نمی‌کنند.

(انفال، ۲۲)

مهم‌ترین وجه تمایز آدمی با سایر موجودات، همانا در دارا بودن گوهری به نام «عقل» و «خرد» می‌باشد و هویت واقعی و اصیل او در گرو این امانت عظیم الهی و بهره‌جویی از آن می‌باشد. به طور کلی، زندگی زاینده افکار خود ماست. اندیشه حقیر، انسان را حقیر و زندگی اش را تباه می‌کند و اندیشه بزرگ و خردمندانه، در حکم غربال و وسیله هدایت و رمز پیشبرد کارها و موفقیت در زندگی ماست.

مابقی خود استخوان و ریشه‌ای

ای برادر تو همه اندیشه‌ای

ور بود خاری، تو همه گلخنی

گر بود اندیشه ات گل گلشنی

یکی از تأسف‌بارترین تصورات انسانی، نشناختن نعمت بزرگ عقل است. اندیشه و خردورزی از دو سو مورد ظلم و بی‌مهری یا افراط و تفریط قرار گرفته است. از سویی، برخی متحجران و ظاهرگرایان دینی، نقش خردورزی و عقل را در زندگی خود به شدت پایین آورده و پیوسته روی به استخاره و دعا و مانند آن آورده‌اند و از سویی برخی روشنفکران غربزده آن را یگانه حلال مشکلات و مجهولات بشری دانسته و هر چه مخالف عقل و درکشان باشد، به راحتی انکار می‌کنند. حقیقت این است که بدبختی امروز بشر حاصل هم‌آهنگی همین دو اندیشه در تضعیف جایگاه واقعی عقل است. چه نعمتی بالاتر از این که خداوند به ما عقل داد تا در کارهایمان و سرنوشت احتمالی آن تفکر نموده و از دیگران عبرت بگیریم. پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله می‌فرمایند: «خداوند متعال به بندگانش چیزی بهتر از عقل نبخشیده است.»

در قرآن کریم صدها آیه وجود دارد که انسان‌ها را به اندیشه و تعقل فراخوانده است. . تعابیری چون: (لعلهم یتفکرون، لعلکم تتفکرون، افلا تتفکرون، لقوم یتفکرون، افلا تعقلون، افلم تکنونوا تعقلون، لعلکم تعقلون، ان کنتم تعقلون، لقوم یعقلون، افلا یعقلون) هر کدام چندین بار در قرآن تکرار شده است. اساساً در دین مبین اسلام علاوه بر عبادات بدنی (چون نماز و روزه) و مالی (چون خمس و زکات) نوع دیگر از عبادت وجود دارد که عبارت است از: «عبادت فکری». که اگر در مسیر بیداری و آگاهی بخشی انسان به کار گرفته شود، از سال‌ها عبادت بدنی هم برتر می‌باشد. همچنانکه علی (ع) در کلام والای خود چنین می‌فرمایند: «بالاترین عبادت به کار انداختن نیروی تفکر و تعقل است.»

ذکر این نکته هم ضروری است که تفکری که قرآن ما را به آن دعوت می‌کند، تفکری پایدار و حرکت‌آفرین و مبتنی بر اصول صحیح و مفید است و به هیچ وجه ارتباطی با افکار پوچ و رؤیاهای بی‌خاصیت و فرسایشات بیهوده ذهنی ندارد. قرآن کریم انسان را به تفکر و تعقل دعوت نموده و ایمان را بر پایه آن می‌داند. از دیدگاه قرآن کریم، سه منبع

اصلی برای تفکر وجود دارد: ۱- طبیعت (تفکر و تعقل در طبیعات عالم)، ۲- تاریخ ۳- ضمیر انسان. هر کدام از این منابع هم باید به مسیر هدایت عقلانی و صحیح انسان کمک کند، والا تفکر و اندیشه در آن حاصلی جز انبوه افکار مزاحم و به درد نخور چیزی نیست. دنیای فکر بسیار یاز ما انسان‌ها پر است از این افکار بیهوده. اما آنچه دین اسلام بر آن تأکید می‌کند و یک ساعت آن را برتر از هشتاد سال عبادت می‌داند، تفکری معرفت‌زا و برخاسته از روح خداجوی آدمی است که او را به بهترین کارها در زندگی دعوت می‌کند. این نوع تفکر است که امام علی(ع) می‌فرماید: «اذا قدمت الفکر فی جمیع افعالک حسنت عواقبک؛ هر کاری را که قبل از انجام آن تفکر کنی نتایج زیبایی در پی خواهد داشت.»

عقل موهبت خدا به ما انسان‌هاست. هر چه از آن بهتر و صحیح‌تر استفاده کنیم، به انسانیت نزدیک‌تر شده و از خطا و لغزش مصون‌تر خواهیم بود. بنابراین، تصمیم بگیریم برای هر کاری که می‌کنیم، دلایل روشن و منطقی داشته باشیم. از ظنّ و گمان و خرافه و خواب و تخیل و حس ششم و فال‌گیری و پیروی از اکثریت و شخصیت‌گرایی و سنت‌گرایی و تعصبات کورکورانه مانند این امور غیرعقلانی بپرهیزیم. بسیاری از افراد، با تفکرات این‌چنینی تصمیم می‌گیرند و سپس عواقب تلخی را تجربه می‌کنند. انسان عاقل هیچ وقت روی پایه‌های متزلزل، ساختمان زندگی خود را بنا نمی‌کند. رسول خدا(ص) می‌فرماید: «ای ابن مسعود! هر گاه خواستی کاری کنی که از روی دانش و خرد باشد و از کار بدون تدبیر و دانش بپرهیز!»

در ضمن، از این نکته هم غافل نشوید که مایه تفکر، علم است و تفکر بدون آگاهی و دانش اولیه، میسر نیست. پس قبل از تفکر در هر کاری، ابتدا باید آگاهی و دانش لازم در آن کار را به دست بیاوریم. ما در گفتار بعد به اهمیت علم‌آموزی اشاره خواهیم کرد.

موضوع ۵۵: دانایی و علم آموزی

... هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ...

آیا کسانی که می‌دانند با کسانی که نمی‌دانند یکسانند؟

(زمر، ۹)

کاربرد دانایی در زندگی و موفقیت بر کسی پوشیده نیست. هر چه دانایی انسان بیشتر شود، انتخاب‌های عاقلانه‌تر و رفتار مدبرانه‌تر و در نتیجه، زندگی موفق‌تری خواهد داشت. امام علی فرمود: «اكتسبوا العلم يكسبكم الحياة؛ علم و دانش تحصیل کنید که در پرتو آن زندگی را به دست آورید.»

تن مرده چون مرد بی دانشست که نادان به هر جای بی رامشست

چه کسی است که نداند دین اسلام تا چه اندازه به علم و دانش آموزی تأکید کرده است. احادیثی چون «أطلبوا العلم و لو بالصين فإن طلب العلم فريضة على كل مسلم؛ دانش را فرا گیرید، گرچه در چین باشد؛ زیرا طلب دانش بر هر مسلمانی واجب است.» و «أطلبوا العلم من المهد إلى اللحد؛ از گهواره تا گور دانش بجوئید.»، تنها نمونه کوچکی از میزان اهمیت علم آموزی در منطق دین اسلام بوده است. امام علی(ع)، علم و دانش را ریشه همه خوبی‌ها و نادانی را ریشه همه بدی‌ها دانسته‌اند. ده‌ها آیه و صدها حدیث دیگر در مجموعه ارزشمند متون دینی اسلام، در بیان اهمیت و جایگاه علم و فضیلت عالمان و نیز مذمت جهل و آثار آن آمده است. در سایه این احادیث و تشویق‌ها بود که دوران باشکوه تمدن اسلامی رقم خورد. اگر از عصر رنسانس به عنوان زمان پیشرفت شگفت‌انگیز تکنولوژی و اختراعات گوناگون بشر یاد می‌شود، بی‌گمان از سده‌های نخستین نزول اسلام نیز باید به مثابه دوران باشکوه و ارجمند تولید علوم انسانی در حوزه‌های فلسفه، طب، منطق، کلام، تاریخ، جغرافیا، نجوم و ... یاد کرد.

قرآن کریم تا آن‌جا به تحصیل علم و دانش اهمیت قایل شده که گروهی از مسلمانان را مأمور می‌کند تا میدان جنگ و جهاد را ترک کرده و بروند و معارف اسلامی بیاموزند و سپس به دیگران ابلاغ نمایند. (توبه، ۱۲۲)

در عبارت بالا، اهمیت علم به صورت کلی‌تری آمده است. این عبارت بخشی از کل آیه ۹ سوره زمر است که این چنین است: «أَمَّنْ هُوَ قَانِتٌ آنَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُوا رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُوا الْأَلْبَابِ؛ [آیا یک فرد کافر با ارزش است] یا کسی که در ساعات شب به عبادت مشغول است و در حال سجده و قیام، از عذاب آخرت می‌ترسد و به رحمت پروردگارش امیدوار است؟! بگو: «آیا کسانی که می‌دانند با کسانی که نمی‌دانند یکسانند؟! تنها خردمندان متذکر می‌شوند!»

همان‌گونه که مشاهده می‌شود خداوند از مؤمنان با تعبیر «آنان که می‌دانند» یاد کرده است. این تعبیر به خوبی می‌تواند ارزش علم را در همه امور زندگی نشان دهد؛ زیرا این علم و بصیرت مؤمنان است که موجب دوری از گمراهی خود و

جامعه می‌شود. به همین دلیل است که مقام عالمان بالاتر از رتبه عابدان و زاهدان و حتی شهداست. امام باقر فرمودند: «عالمی که مردم از علم او بهره بگیرند، از هفتاد هزار عابد بهتر است.»

یکی دیگر از آیات فضیلت علم در قرآن، در یازدهمین آیه از سوره حجرات آمده است: «يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَ الَّذِينَ أَوْتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ؛ خداوند کسانی را که ایمان آورده‌اند و کسانی را که علم به آنان داده شده درجات عظیمی می‌بخشد.» از این آیه فهمیده می‌شود که صاحبان علم و دانش، باید در جامعه اسلامی از جایگاه بالا و والایی برخوردار باشند.

البته روشن است که در میان علوم مختلف نیز، باید به سراغ مفیدترین آن‌ها برای دنیا و آخرت رفت. حضرت علی (ع) فرمود: «خَيْرُ الْعِلْمِ مَانْفَعٌ؛ بهترین علم آن است که مفید باشد.» پیامبر اکرم (ص) ضمن انتقاد از کسانی که به دنبال علوم غیر ضروری رفته‌اند، فرمود: «همانا علم سه چیز است: نشانه استوار (یعنی دانشی که به اعتقاد محکم انسان کمک کند)، وظیفه و واجب راست و صحیح (یعنی دانشی که به قوانین شرعی و عرفی عادلانه و صحیح رهنمون شود)، سنت پا برجا (یعنی شناخت صفات نیکو و زشت و دانش حکمت‌های مفید زندگی). و غیر از این‌ها فضل است.» این حدیث به خوبی می‌تواند اولویت‌های دانش افزایی را برای ما روشن گرداند. از این رو، قرآن کریم برخی از علوم را، حکمت نامیده و آن را موهبتی بزرگ از خدای سبحان به بندگان خاص خود می‌داند: «يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَ مَنْ يُؤْتِ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا؛ (خدا) دانش و حکمت را به هر کس بخواهد (و شایسته بداند) می‌دهد؛ و به هر کس دانش داده شود، خیر فراوانی داده شده است.»

یادآوری این نکته هم ضروری است که هر علمی باید با عمل آمیخته و در زندگی به کار گرفته شود؛ و گرنه هیچ ارزشی نخواهد داشت. چه بسیار عالمانی که خود در هزار پرده جهل و بی‌خردی اسیر شده و روزانه به سان الاغ‌های بارکش، انبوهی از اطلاعات علمی را بر دوش خود اینجا و آنجا می‌کشند؛ چنانچه در آیه ۵ سوره جمعه این تعبیر آمده است.

آری، دانایی به مدرک و رتبه تحصیلی نیست؛ بلکه به میزان شعور و مطالعه و بکارگیری آموخته‌ها در زندگی است. خیلی از ما سواد داریم، ولی ماه‌ها می‌گذرد و کتابی نمی‌خوانیم. چه تفاوتی میان ما با فرد بی‌سواد وجود دارد؟ مگر نه این است که فقر فرهنگی بسیار اسف‌بارتر از فقر اقتصادی است؟! فقر فرهنگی وقتی است که هر کس به خود اجازه اظهار نظر در هر موضوعی را می‌دهد؛ بدون آن که حتی مطالعات سطحی پیرامون آن داشته باشد. در جایی نوشته بود: «اگر از آخرین باری که مسواک زده‌اید یا کتاب خوانده‌اید، یک روز می‌گذرد، لطفاً دهانتان را ببندید.» خیلی از مشکلات ما به همین خاطر است. مردمی که یخچال‌هایشان بزرگ‌تر و کتابخانه‌هایشان کوچک می‌شود؛ یعنی به غذای شکم بیشتر از غذای روح توجه دارند. ملتی که مراکز فرهنگی‌اش خلوت و رستوران‌هایش شلوغ باشد، سرنوشتی جز بدبختی ندارد:

گر به گیتی علم و دانش را نجستی رنگ‌رنگ تیره‌بختی را به گیتی رنگ‌رنگ آماده شو

موضوع ۵۶: کوشش و خستگی ناپذیری

وَ أَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى (۳۹) وَ أَنْ سَعْيُهُ سَوْفَ يُرَى (۴۰)

و برای انسان بهره‌ای جز سعی و کوشش او نیست. * و نتیجه سعی و تلاشش به زودی دیده می‌شود.

[نجم]

تردیدی نیست که رمز موفقیت و پیروزی، هدف عالی، برنامه دقیق و تلاش متناسب با آن است. برای صعود به پله‌های ترقی نخست باید نردیان مناسبی تهیه کنیم و سپس پله پله از آن بالا برویم. بسیاری از ما هیچ کدام از این دو کار را انجام نمی‌دهیم؛ یعنی نه مهارت رؤیاپردازی داریم و نه انگیزه و تلاش برای تحقق آن. به همین دلیل، همیشه منتظریم تا درهای غیب از جایی برای ما باز شود و ما را به موفقیت برساند. حقیقت این است که سرنوشت ما در دستان خودمان و در گرو تلاش و همت ماست. امیر مؤمنان علی (ع) فرمود: «ارزش هر کس به میزان همت اوست.»

آری، مردان بزرگ هم اهداف بلندی دارند و هم برای رسیدن به آن تلاش می‌کنند. موفقیت، فرمول خاصی ندارد که کسی پنهانی آن را کشف کرده باشد، بلکه نتیجه طبیعی تلاش و کوشش است. اگر به دنبال آن نرویم، خودش به سراغ ما نخواهد آمد.

همت بلند دار که مردان روزگار از همت بلند به جایی رسیده اند

دین اسلام هم به همت و تلاش و پشتکار اهمیت زیادی داده است. افزون بر آیه بالا، تمام آیاتی که به در کنار ایمان به عمل صالح اشهر می‌کنند، نشان دهنده اهمیت کار و تلاش صحیح و شایسته در سعادت آدمی است.

بسیاری از انسان‌ها هدفی برای خود تعیین می‌کنند و همیشه از آن دم می‌زنند، ولی در پی تحقق آن نمی‌روند. از این رو، هیچ گاه به آن دست نمی‌یابند. چه نیکوست این بیان امام باقر (ع) که فرمود: **إِيَّاكَ وَ الْكَسَلَ وَ الضَّجَرَ فَإِنَّهُمَا مِفْتَاحُ كُلِّ شَرٍّ** از تنبلی و بی‌حوصلگی بپرهیز، زیرا که این دو کلید هر بدی می‌باشند. امام علی (ع) در این باره می‌فرماید: «کسی که پیوسته تنبلی کند، در رسیدن به آرزویش ناکام ماند.»

به هیچ جا نرسد هر که همتش پست است پر شکسته خس و خار آشیانه شود

اگر می‌خواهیم به اهمیت تلاش و کار کردن در اسلام پی ببریم، خوب است نگاهی به این روایت نیز بیندازید. امام باقر (ع) می‌فرماید: «من مردی را که در کار دنیایش تنبل باشد مبعوض میدارم و کسی که در کار دنیا تنبل باشد، در کار آخرتش تنبل تر است.» در این روایت تنبلی و بی‌حوصلگی در کارهای دنیوی نشانه تنبلی و کوتاه همتی در اهداف اخروی دانسته شده است. البته روشن است که عکس ماجرا لزوماً صادق نیست؛ یعنی همیشه اینطور نیست که بلندهمتی در امور دنیوی نشانه کوشش زیاد برای سعادت اخروی هم باشد. نمونه افرادی که صبح تا شام به دنبال آسایش دنیوی می‌دوند، ولی لحظه‌ای به فکر آباد کردن آخرت خود نیستند، کم نیست.

یک نویسنده بزرگ فرانسوی می گوید: «کسی که اعتقاد دارد دیگران باید مشکلاتش را حل کنند، همانند کسی است که برای گذر از رودخانه منتظر است تا آب آن خشک شود...» پس اگر به دنبال شخصی می گردید که زندگیتان را تغییر دهد، باید در آینه نگاه کنید. هیچ گاه در انتظار معجزه نباشید؛ زیرا معجزه قبلاً رخ داده است و آن خودتان هستید. فقط کافی است تکانی به خود بدهید و گرد و غبار تنبلی و کاهلی را از آن پاک کنید. کلید فتح و پیروزی در دستان خودتان است:

این سبک دستان، کلید فتح را دنداندهاند

اهل همت رخنه در سد سکندر می کنند

موضوع ۵۷: دعا و اظهار نیاز به خداوند

وَ إِذَا سَأَلْتَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَ لِيُؤْمِنُوا بِي
لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

هنگامی که بندگانم از تو درباره من بپرسند، [بگو:] یقیناً من نزدیکم، دعای دعا کننده را زمانی که مرا بخواند اجابت می‌کنم؛ پس باید دعوتم را بپذیرند و به من ایمان آورند، تا [به حق و حقیقت] راه یابند [و به مقصد اعلی برسند]

(بقره، ۱۸۶)

تاکنون با چند عامل موفقیت در زندگی آشنا شدیم. هر کدام از این اسباب زیرمجموعه ای از رفتارها و باورها را در خود دارد که باید در کتاب جداگانه ای مورد بررسی قرار بگیرد. آخرین عامل موفقیت در کارها، دعاست. دعا کردن یکی از جدی ترین عوامل موفقیت است.

ای کارگشای هر چه هستند نام تو کلید هر چه بستند

دعا، به معنای خواندن و صدا زدن دیگری، و از برنامه‌های عبادی مهمی است که در تمامی ادیان، به ویژه ادیان آسمانی مورد توجه خاص قرار گرفته است؛ چرا که جوهر دین، بندگی است و بندگی یعنی اظهار خضوع و نهایت نیاز در زندگی. دعا نیز نماد و نشانه اظهار نیاز است. پس دعا جوهره عبادت و بندگی است؛ چنان که رسول گرامی اسلام فرمودند: «الدُّعَا مَخُّ الْعِبَادَةِ؛ درون مایه اصلی عبادت، دعاست». این مضمون، از آیه بالا نیز قابل برداشت است؛ زیرا در آن به جای دعا از واژه عبادت استفاده شده است.

چند نکته مهم درباره دعا را نباید از نظر دور داشت:

۱- دعا به معنای فضولی در کار خدا و عدم رضایت از خواسته او نیست؛ بلکه درخواست قابلیت و ظرفیت بیشتر در کسب رحمت خداست. به عبارت دیگر، فرد دعا کننده از خداوند می‌خواهد تا ظرفیت درونی او را برای پذیرش لطف و رحمت بیشتر بالا ببرد. امام صادق (ع) می‌فرماید: «در نزد خداوند مقاماتی است که بدون دعا کسی به آن نمی‌رسد.» امام علی (ع) در وصیتی به امام حسن (ع) می‌فرماید: «بدان که کسی که ملکوت و خزائن دنیا و آخرت در دست اوست، به تو اجازه داده است تا او را بخوانی و اجابت دعای تو را ضمانت کرده است و به تو فرمان داده است که از او بخواهی تا به تو عطا کند و او مهربان و بخشنده است؛ میان تو و خودش، حاجبی ننهاد و تو را به آوردن واسطه و میانجی، وادار نکرده است... سپس کلید خزائن و گنجینه‌هایش را که همان دعا و خواستن از اوست، در اختیار تو نهاده است. پس هر گاه تو بخواهی، با دعا کردن، در همان گنجینه‌های او را می‌گشایی.» پس دعا کردن؛ یعنی توسل به یکی از سنن الهی در راه تغییر سرنوشت؛ نه دخالت در سنت‌های خداوندی.

بخت و دولت به کاردانی نیست جز به تأیید آسمانی نیست

۲- **دعا جای فعالیت و تلاش و همکاری ما را نمی‌گیرد؛ بلکه امید و روحیه بیشتری در کار هم به ما می‌دهد؛ زیرا اگر** بدانیم لطف خداوند همراه ماست، از بن‌بست‌ها و اسباب غیرطبیعی که خارج از اراده ماست، هراسی نداریم. از این رو، حضرت علی (ع) می‌فرماید: «داناترین مردم به خدا، نیايشگرترين آنهاست.» زیرا فرد عاقل می‌داند که تعداد عواملی که برای موفقیت به دست خداست، بسیار بیشتر از عواملی است که در دست خود او باشد. استادی می‌گفت: «طوری دعا کن که انگار همه چیز به خدا وابسته است و طوری کار کن که انگار همه چیز به تو وابسته است.»

به زور بازوی اقبال کاری بر نمی‌آید نگهدارد مگر دست دعا دامان دولت را

۳- **دعا دو گونه است:** گاهی به صورت درخواست چیزی از خداوند و گاهی به صورت درخواست شناخت خود و اظهار نیاز مطلق به خداوند که ما به آن نیایش می‌گوییم. هر دو گونه دعا نیز مورد سفارش قرآن قرار گرفته است. آیه بالا و آیات ۶۰ غافر و ۶۲ نمل به نوع اول و آیه ۷۷ فرقان به نوع دوم اشاره دارد. در سوره فرقان می‌خوانیم: «قُلْ مَا يَعْجُبُكُمْ رَبِّي لَوْلَا دُعَاؤُكُمْ؛ بگو اگر دعای شما نباشد، پروردگارم هیچ اعتنایی به شما نمی‌کند.» (فرقان ۷۷) مفهوم آیه، این است که اگر خداوند به شما عنایت و توجه داشته است به خاطر دعاهاى شما بوده است نه چیز دیگر.

در این هوسکده هر کس بضاعتی دارد دعاست مایه جمعی که دست‌شان خالی است

۴- **دعا همیشه مستجاب است؛** به شرطی که دو ویژگی در آن باشد: اولاً دعا باشد و ثانیاً فقط از خدا باشد. هر دو ویژگی هم در همان عبارت مطلق آمده است: «أَدْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ»؛ یعنی اگر دعا کنید و فقط هم مرا بخوانید، استجابت شما حتمی است. بر این اساس، دعاهاىی که به نظر ما مستجاب نمی‌شود؛ چند حالت دارد: یا درخواست و اظهار نیاز واقعی نیست و فقط حالت عادت و روزمرگی به خود پیدا کرده است؛ یا در کنار دعا، دلمان به راه‌ها و کمک‌های دیگران دلخوش و گرم است و خدا را برطرف کننده نیاز خود به صورت مطلق نمی‌دانیم؛ یا چیزی را از خدا می‌خواهیم که در واقع نیاز ما نیست؛ یعنی به ضرر ماست. در این صورت، خدا چیزی را به سود ما باشد، در عوض خواسته ما خواهد داد. اگر هیچ کدام از این موانع نبود، پس دعا حتماً شنیده شده و همان لحظه مستجاب شده است؛ گرچه ممکن است تحقق خارجی آن تا مدتی و حتی سال‌ها طول بکشد؛ هم‌چنان که دعای یعقوب برای دیدن یوسف بلافاصله مستجاب شد، ولی بعد از بیست سال به وقوع خارجی پیوست. این هم به خاطر مصالحی است که به سود خود دعاکننده است.

۵- **هدف اصلی از دعا، رشد خود بندگان است و** خدا نیازی به اظهار فقر ما ندارد. ما دعا نمی‌کنیم تا چیزی به دست بیاوریم؛ بلکه با دعا کردن رشد می‌یابیم؛ آن‌چنان که در آیه بالا به آن اشاره شده است. وقتی دعا می‌کنیم، متوجه اوج ناکارآمدی اسباب و عوامل طبیعی می‌شویم و به درگاه خداوند غنی و بی‌نیاز روی می‌آوریم. این همان عبادت است که در فصل اول به عنوان هدف زندگی و کمال آدمیان به آن اشاره شد.

این در حالی است که دعا آثار روانی، اجتماعی و تربیتی و معنوی بسیار زیادی چون افزایش امید و آرامش، آشنایی با معارف اسلامی، نجات و رهایی از مشکلات، افزایش بصیرت و ظرفیت دینی، دفع بلاهای طبیعی و غیرطبیعی، شکفتگی

و انبساط باطنی و مانند آن دارد. و چه نیکو پیامبر خاتم (ص) می فرماید: «دعا سلاح مؤمن، ستون دین و نور آسمانها و زمین است.»

به دلیل اهمیت بحث دعا در قرآن، این گفتار را نیز به همین موضوع و بررسی آداب و شرایط دعا و ذکر برخی دعاهای قرآنی اختصاص دادیم. اگرچه هر کس با هر میزان درک و معرفتی که داشته باشد، می تواند و خوب است با خداوند سخن بگوید و اظهار نیاز کند؛ اما دعا در نظر فرزنانگان و اهل معرفت، خود دارای آداب و ترتیبی است که رعایت آن سبب رشد و کمال بیشتر و بهتر بنده می گردد. روایات متعددی به آداب و شرایط دعا اشاره کرده است. قرآن کریم نیز آن هنگام که دعاهای نیک مردان گذشته را یادآور می شود، به طور ضمنی، ادب دعا کردن آنان را نیز گوشزد می کند.

برخی از این آداب و شرایط از این قرار است:

۱- **خضوع و فروتنی و حضور قلب و اظهار تذلل اصلی ترین شرط دعاست.** خدا را نباید متکبرانه خواند. اصولاً فرد متکبر در ساحت قدسی او راه ندارد. شیطان به همین دلیل از بارگاه عرش رانده شد. قرآن کریم در آیه ۹۲ سوره نمل می فرماید: **أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَ يَكْشِفُ السُّوءَ وَ يَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ إِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَذَكَّرُونَ؛** یا کسی که دعای مضطر را اجابت می کند و گرفتاری را برطرف می سازد، و شما را خلفای زمین قرار می دهد؛ آیا معبودی با خداست؟! کمتر متذکر می شوید!

آری، هر چقدر در مقابل عظمت حضرت حق، خاشعانه و فروتنی بیشتری نشان دهیم، به همان اندازه به کوچکی و عجز خود اعتراف کرده ایم. رشد ما نیز در همین است. این همان است که پیامبر گرامی اسلام (ص) به آن افتخار کرد و فرمود: **«الْفَقْرُ فَخْرِي»**

در راه او شکسته دلی می خرنند و بس بازار خود فروشی از آن سوی دیگر است

۲- **خدا را با امید و ترس فراوان بخوانید.** در سرتاسر دعاهای وارد شده از ائمه اطهار این خصوصیت به چشم می خورد. گاه آن چنان سرمست از رحمت پروردگارند که آتش دوزخ را بر خود حرام می انگارند و گاه آن چنان در خوف از عذاب او می لرزند که عذاب خدا را بر خود حتمی و غیر قابل برگشت می دانند: **«إِذَا رَأَيْتَ ذُنُوبِي فزعت و اذا رأيت عفوكم طمعت»** بارها اشاره شد که خوف و رجاء دو بال ارزشمند پرواز بنده به سوی آسمانهاست. قرآن کریم می فرماید: **«وَ ادْعُوهُ خَوْفًا وَ طَمَعًا؛ و او را با بیم و امید بخوانید.»** (اعراف، ۵۶)

۳- **خدا را در ابتدای دعا ستایش کرده و با اوصاف نیکویش بخوانیم:** حمد خداوند و یادآوری صفات شایسته و نیکوی خدا: این نکته نیز مورد سفارش اکید روایات است و در ادعیه هم بسیار به چشم می خورد. این مطلب در سوره مبارکه فاتحه به خوبی نشان داده شده است؛ چه اینکه در ابتدا خداوند را ستایش کرده و صفات نیکویش را یادآور می شویم و سپس از او درخواست هدایت داریم. بسیاری از دعاهای قرآن با ندای «رَبَّنَا» آغاز شده است؛ یعنی «ای خدایی که بر طرف کننده نیاز ما هستی!» در انتهای بیشتر دعاهای قرآنی هم صفتی متناسب با آن خواسته بیان شده است. این کار، هم معرفت خودمان و هم عظمت مخاطب و هم اطمینان از برآورده شدن حاجت را توأمان افزایش می دهد.

۴- در دعا پافشاری کنیم: اصرار و پافشاری در دعا اثر عجیبی در استجاب آن دارد. دعاکننده از پافشاری و اصرار دریغ نمی‌کند و تمنا و التماسش دوام دارد. حضرت زکریا (ع) با آن که کهنسال بود و هیچ یک از قابلیت‌های فرزنددار شدن در او وجود نداشت، از خداوند طلب ذریه کرد. (آیات ابتدایی سوره مریم)

دو بامداد گر آید کسی به خدمت شاه سیم هر آینه در وی کند به لطف نگاه

۵- به گناه و خطای خود اعتراف کنیم: بی‌گمان اقرار به گناه و خطا در توبه تأثیرگذار است. حضرت آدم (ع) و همسرش برای توبه و درخواست بخشش گناه خود این چنین دعا کردند: «رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ؛ پروردگارا ما به خویشتن ستم کردیم و اگر ما را نیامرزی و رحمان نکنی از زیانکاران خواهیم بود.» (اعراف، ۲۳)

چار چیز آورده‌ام شاها که در گنج تو نیست نیستی و حاجت و عجز و نیاز آورده‌ام

۶- پنهانی دعا کنیم: یکی از آداب دعا مورد تأکید قرآن است، دعای پنهانی و آهسته است: «ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ؛ پروردگار خود را از روی زاری و پنهانی بخوانید. همانا او تجاوزگران را دوست ندارد.» (اعراف، ۵۵) البته گاه به تبعیت از دستورات دین و نیز برای تقویت معنویت جامعه و بهره‌گیری از مواعظ بزرگان دین، نیاز است که در جمع‌های مذهبی حاضر شده و همگی خدا را بخوانیم.

۷- بهترین چیزها را از خدا بخواهیم: همه چیز ما وابسته به لطف خداست. در احادیث آمده که حتی نمک غذایان را از خدا بخواهید؛ اما خوب است که همت و معرفت خود را بالا برده و از خدا سعادت ابدی و آنچه به آن مرتبط است، درخواست کنیم. خداوند در قرآن دو گروه از مردم را معرفی می‌کند که دسته‌ای از آنان همیشه از خدا دنیای بهتر می‌خواهند و دسته دیگر، دنیا و آخرت بهتر درخواست می‌کنند: «فَمِنَ النَّاسِ مَن يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا وَمَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَقٍ * وَمِنْهُمْ مَن يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ» (بقره، ۲۰۱)

۸- دعای خود را محدود به افراد یا خواسته خاصی نکنیم: فقط اندیشه‌های کوچک، نسبت به خزانه بی‌انتهای خداوندی هم بخل ورزیده و حساست می‌کنند. خوب است در دعا کردن بخیل نباشیم؛ یعنی اولاً برای همه دعا کنیم؛ ثانیاً برای خودمان فقط یک چیز را بخواهیم. حضرت ابراهیم (ع) برای خود و ذریه و اهل مکه و همه مردمان تا روز قیامت دعا می‌کرد. (بقره، ۱۲۸) البته طبیعی است که مؤمن هیچگاه برای دشمن خدا، دعایی جز هدایت یا مرگ نمی‌کند. یکی از بهترین دعاهای قرآنی، دعای حضرت موسی (ع) است که در هنگام بی‌کسی و فقر و ضعف به خداوند عرض کرد: «رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ؛ پروردگارا! هر خیر و نیکی بر من فرستی، به آن نیازمندم!» (قصص، ۲۴) در این دعا آن حضرت از ذکر حاجت خویش خودداری نموده و تنها اصل نیاز خود به همه خیرات را از خداوند مسئلت نمود و خداوند نیز او را از فضل مادی و معنوی فراوان خود بهره‌مند ساخت.

۹- برای دیگران دعا کنیم: امام باقر (ع) می‌فرماید: «زودترین دعایی که به اجابت می‌رسد، دعای برادر دینی برای برادرش در نبود اوست.» خدا به حضرت موسی (ع) وحی کرد: «مرا به زبانی که گناه نکرده باشد بخوان»، موسی با تضرع گفت: «من چنین زبانی ندارم؟» فرمود: «مرا به زبان غیر خود بخوان»

۱۰- از اوقات و مکان‌های ویژه غافل نشوید: خداوند در برخی از زمان‌ها و مکان‌ها به طور خاص و ویژه درهای رحمت آسمان را باز کرده و رحمت خود را گسترده‌تر نموده است. ماه‌های رجب، شعبان و به‌ویژه رمضان و دهه اول ذی‌الحجه و شب‌های جمعه و نیز اوقات سحر، بهترین زمان‌ها برای دعاست. هنگامی که برادران یوسف از پدرشان خواستند تا برایشان از خداوند طلب مغفرت کند، آن حضرت این کار را به زمان ویژه‌ای موقوف کرد که در روایات به شب جمعه تفسیر شده است. هم‌چنین مساجد و به‌خصوص خانه خدا، بارگاه ائمه اطهار و امامزادگان؛ به‌ویژه در کنار ضریح مقدس امام حسین (ع) و نیز امکان مذهبی دیگر چون صحرای عرفات و ... بهترین مکان برای دعاست.

۱۱- از توسل غافل نشویم: اولیای خدا و معصومین (ع) واسطه صعود و نزول رحمت هستند؛ یعنی همان‌طور که نزول قرآن و همه مظاهر رحمت خدا با واسطه انبیاء و اوصیاء و حجج الهی نازل می‌شود؛ امکان ندارد دعای ما هم بدون تأیید و اذن آنان بالا برود. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «این سیره قطعی همه دینداران و در طول تاریخ بوده که برای جلب توجه خداوند، از اولیاء خاص او طلب شفاعت می‌کردند. بنی‌اسرائیل به حضرت موسی (ع) متوسل شدند؛ برادران یوسف از پدرشان طلب دعا و استغفار کردند و خداوند نیز شرط پذیرش توبه منافقان را استغفار پیامبر (ص) برای آنان می‌داند. در روایات زیادی توصیه شده که آغاز و پایان دعا با صلوات بر آن بزرگواران همراه باشد. امام علی (ع) فرمود: «هر گاه از خداوند حاجتی خواهی، با درود فرستادن بر پیامبرش آغاز سخن کن، آن گاه حاجتت را بخواه که خداوند بزرگوارتر از آن است که دو حاجت از او خواسته شود و او یکی [درود فرستادن بر پیغمبر] را اجابت و دیگری را رد کند.»

۱۲- روی یک خواسته پافشاری نکنیم: اشتباه نکنید. مقصود این نیست که در اصل دعا پافشاری نکنیم؛ بلکه مراد این است که روی حاجت خاصی اصرار نداشته باشیم. خداوند خودش مصلحت ما را بهتر می‌داند.

۱۳- همیشه و همه جا دعا کنیم: سرّ اینکه اوقات شبانه‌روز و در طول سال دعا‌های زیادی وارد شده، همین نکته است. مؤمن به دنبال بهانه‌ای است تا از درگاه خدا چیزی بخواهد. بر سر سفره غذا، از خدا تقاضای اطعام گرسنگان می‌خواهد و در هنگام خواب، بخشش گناهانش را حاجت کرده و در ابتدای روز، آرزوی بهترین اتفاق و رضای خدا را دارد و خلاصه در هر موقعیتی -چه غم و چه شادی- خدا را برطرف کننده نیاز دانسته و با او راز و نیاز دارد.

از هر کرانه تیرِ دعا کرده ام روان
باشد کز آن میانه یکی کارگر شود

فصل نهم: مهارت همدلی و دوستی

انسان موجودی دارای عواطف فردی و اجتماعی است. حس هم‌زیستی و همدلی از زیباترین عواطف انسانی است که دین مبین اسلام هم بر آن تأکید نموده است. اساساً یکی از فواید اجتماعی دین‌مداری، تقویت همین حس همدلی و برادری در میان مردم است و دینداران همواره در این زمینه‌ها پیشگام بوده‌اند.

ایثار و از خودگذشتگی، مهرورزی، احسان و نیکوکاری، دستگیری از نیازمندان، حس برادری و همبستگی، یتیم‌نوازی و دفاع از مظلومان و بسیاری از تعالیم دینی، به منظور تقویت حس همدلی میان بندگان است. امروزه مهارت همدلی و دوستی به عنوان یک ارزش شناخته‌شده و بایسته در زندگی انسانی پذیرفته شده است.

در این فصل با برخی از موضوعات مربوط به این مهارت از زاویه نگاه اسلام آشنا می‌شویم:

موضوع ۵۸: ایثار و از خودگذشتگی

... وَ يُؤْتِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

و آنها را بر خود مقدم می‌دارند هر چند خودشان بسیار نیازمند باشند؛ کسانی که از بخل و حرص نفس خویش باز داشته شده‌اند رستگارانند!

(حشر، ۹)

ایثار و از خودگذشتگی در آموزه‌های هر دینی دارای اهمیت بسزایی است؛ زیرا موجب استحکام، پیشرفت و بقای آن آیین می‌گردد. دین مبین اسلام هم به این فضیلت انسانی بزرگ توجه کرده و مفهوم آن را بسط و گسترش بیشتری داده است. حقیقت آن است که در طول تاریخ این مدافعان دین و مذهب بوده‌اند که بیشترین از خودگذشتگی را برای گسترش عدالت و مهرورزی در جامعه از خود نشان داده و در راه آن جان‌فشانی کرده‌اند. البته ایثار جلوه‌های متعددی دارد. گذشتن از مال، فرزند و جان و آبرو همه از جلوه‌های ایثار است.

قرآن کریم ضمن توصیه و تمجید فراوان از فضیلت ایثار، بارها به طور مشخص نیز از ایثارگران تقدیر کرده است. در یکی از مهم‌ترین این موارد به ماجرای خوابیدن حضرت علی(ع) در بستر پیامبر اکرم(ص) در شب هجرت آن حضرت از مکه اشاره شده است: «وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْرِي نَفْسَهُ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ: و از مردم کسی است که در به دست آوردن خشنودی خداوند از جان خود می‌گذرد.» (بقره، ۲۰۷) در جای دیگر، از انفاق و ایثار گروهی از مؤمنان تقدیر کرده که با وجود تنگدستی و گرسنگی به هنگام روزه‌داری، افطار خود را به نیازمندان دادند: «وَيُطْعِمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا: و غذای خود را با علاقه (و نیاز) به آن و از روی محبت خدا به فقیر و یتیم و اسیر انفاق می‌کنند.» (انسان، ۸)

در کنار همه این آیات، باید آیات انفاق و جهاد در راه خدا (اعم از انفاق و جهاد جانی و مالی و ...) را نیز اضافه کرد. آیه بالا نیز در ستایش گروه انصار نازل شده که با ایثار و از خودگذشتگی و با وجود تنگدستی، خانه و دارایی خود را با مهاجران تقسیم کردند. از انتهای آیه فهمیده می‌شود که رستگاری در پناه ایثار و از خودگذشتگی است.

از گلوی خود بریدن وقت حاجت همت است ورنه هر کس گاه سیری پیش سگ نان افکند

ایثار یکی از والاترین مصادیق مروت و جوانمردی نیز است. امام علی(ع) می‌فرماید: «مَنْ آثَرَ عَلَىٰ نَفْسِهِ بِالْغَىٰ فِي الْمُرُوءَةِ؛ کسی که ایثار کند، در مروت به اوج رسیده است.»

مردی نبود فتاده را پای زدن گردست فتاده ای بگیری مردی

دلیل این همه تأکید بر فضیلت ایثار، آن است که اگر فرهنگ ایثار و از خودگذشتگی در ملتی ارزشمند باشد، مردم دارای حس اتحاد و همدلی بیشتر بوده و همدیگر را در طوفان مشکلات یاری می‌کنند؛ اما اگر پای منفعت‌طلبی و

انحصارگرایی و حرص و طمع شخصی و جناحی و قومی و قبیله‌ای و مانند آن در میان آمد، دیگر نمی توان به بقای چنین جامعه‌ای امید داشت.

گفتنی است فضیلت ایثار زمانی به حدّ اعلای خود می‌رسد که فردی علی‌رغم نیاز شخصی و به دلیل هدف و آرمان واقعی، دیگران را بر خود مقدم دارد. به عبارت دیگر، آرمانی که برای آن ایثار می‌شود، تعیین‌کننده ارزش آن ایثار است. به همین خاطر در دین ما، ایثارگری اهمیت دوچندان دارد؛ چون حامل پیام‌هایی هم‌چون خداخواهی، دین‌باوری، خدایابی، انسان دوستی و دگرخواهی، شهادت، رشادت، از خودگذشتگی، عزت و عظمت و... است.

موضوع ۵۹: عطوفت و مهرورزی

مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ ...

محمد (ص) فرستاده خداست؛ و کسانی که با او هستند در برابر کفار سرسخت و شدید، و در میان خود مهربانند

(فتح، ۲۹)

بر خلاف هجمه تبلیغاتی دشمنان، دین اسلام دین محبت و مهرورزی بوده و محبت و مهربانی از زیباترین فضایل انسانی و دینی است که در اسلام مورد تأکید قرار گرفته است. پیامبر عظیم الشان ما اسوه مهرورزی و محبت بود. آن حضرت روز فتح مکه را علی رغم میل باطنی برخی مسلمانان، «روز مهرورزی» نامید و در سراسر زندگانی پریکت خود با همگان محبت و مهربانی می کرد. در آیه بالا خداوند، پیامبر اسلام (ص) و پیروان راستینش را به برخورداری از این ویژگی توصیف کرده است. آنان با دشمنانشان سرسخت و مقاوم و در مقابل دوستانشان، مهربان و نرم خویند.

خداوند متعال خود نسبت به بندگان رحیم و مهربان است و به مؤمنان نیز توصیه کرده تا همدیگر را به مهرورزی و محبت سفارش کنند. در آیات ۱۷ و ۱۸ از سوره مبارکه بلد یکی از نشانه‌های بهشتیان را مهرورزی می داند: «ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَ تَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ * أُولَئِكَ أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ؛ سپس از کسانی باشد که ایمان آورده اند و یکدیگر را به صبر و استقامت و مهربانی و عطفوت توصیه می کنند * آنان اصحاب یمین (راستی) هستند.»

برخی افراد همین که به دیگران آزار نرسانند، کافی است. دستشان به کار خیر نمی رود. خودخواهی و منفعت طلبی سراسر وجودشان را گرفته است. مثالشان را زیاد دیده ایم... کسانی که به راحتی می توانند دل کسی را بشکنند و فراموش کنند. کسانی که مثل آب خوردن دروغ می گویند و دیگران را فریب می دهند تا جنسشان به فروش برود. کسانی که حاضرند دیگران غذای ناسالم بخورند، ولی خودشان سود بیشتری به جیب بزنند و ... این افراد هیچ گاه بوی انسانیت را احساس نکرده اند. این افراد حتی اگر هم به کسی خوبی می کنند، برای در امان ماندن از ملامت‌های وجدان خودشان است. به قول سعدی، حتی حیوانات هم از آنان باسرف تر هستند:

گاوان و خران بار بردار به ز آدمیان مردم آزار

این را هم به یاد داشته باشید که دنیا یک قلب دارد که هر کس به آن چیزی هدیه بدهد، همان را پس می گیرد. اگر کسی را شاد کردیم، اثرش خیلی زود به سوی ما بازمی گردد و اگر دلی را شکستیم، همین طور. «دنیا جای بزن و در رو نیست.»

اما در سوی مقابل، کسانی هستند که خداوند موهبت مهربانی را به آنان عطا کرده است. آنان منتظر نیستند تا بهانه‌ای برای محبت و مهربانی پیدا شود؛ بلکه چنان بی منت خوبی می کنند که گویا از این کار لذت می برند. چرا که نه؟ اگر می پرسید چه چیز باعث می شود که برخی افراد، تمام زندگی خود را وقف کمک رسانی به افراد بی بضاعت یا کودکان

بی سرپرست و یا معلولین و بیماران صعب‌العلاج و مانند آن می‌کنند؟، در جواب باید گفت: همین احساس رضایت و شعف درونی.

آری، لذتی که در مهرورزی به دیگران است، با هیچ لذت دیگری قابل قیاس نیست. امام علی (ع) چه زیبا می‌فرماید: «فرومایگان از طعام لذت برند و کریمان از اطعام.»

متأسفانه ما دیگر کمتر به دوست داشتن هم می‌اندیشیم. انگار با هم غریبه هستیم. ریشه بسیاری از مشکلات ما همین است. چرا باید در جامعه اسلامی شاهد این همه فریب کاری و نیرنگ باشیم؟ چرا گران‌فروشی؟ چرا کم کاری و عوام‌فریبی؟ چرا طلاق و جدایی؟ چرا فقر و بیکاری؟ چرا کودکان بی‌بضاعت؟ چرا دزدی؟ چرا این همه شکایت و پرونده قضایی؟ و هزار چرای دیگر. همه این‌ها را می‌توان به هزار شکل پاسخ داد و تحلیل کرد، ولی همه آن‌ها به یک مشکل اصلی برمی‌گردد: عدم مهرورزی و محبت.

واقعیت این است که زندگی ماشینی همه را از هم دور کرده است. چرخه دوست نداشتن، دارد همه‌مان را می‌بلعد. کاش یکی بر سرمان داد می‌زد که چه خبر است؟ کمی با هم مهربان‌تر باشید؟ زندگی را با مسابقه اشتباه نگیرید. این قدر به برنده شدن فکر نکنید. باور کنید زندگی آن قدر طولانی نیست که هر روز به‌توان دوست داشتن و مهربانی را به تعویق انداخت. گاهی حسرت حتی یک لحظه مهربانی بر دل‌مان می‌نشیند.

به کوشش همه دست نیکی بریم

بیا تا جهان را به بد نسپریم

ذکر این نکته نیز سودمند است که برخورداری از خصلت مهرورزی برای مسئولان و حاکمان جامعه اسلامی ضروری است؛ چنان‌که سیره پیامبر اکرم و امیرالمؤمنین نیز چنین بوده است. امام علی (ع) در نامه انتصاب مالک اشتر به حکومت مصر به وی توصیه می‌کند: «دلت را برای مردم، کانون مهر و محبت ساز و آنان را دوست بدار و مبادا بر آنان چون حیوان درنده‌خوی شوی که می‌خواهد از آنان به سود خویش بهره بگیرد؛ چرا که مردم دو دسته‌اند: یا برادر دینی تو هستند یا هم‌نوع تو در آفرینش‌اند.»

موضوع ۶۰: احسان و نیکوکاری

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

و در راه خدا، انفاق کنید! و (با ترک انفاق)، خود را به دست خود، به هلاکت نیفکنید! و نیکو کنید! که خداوند، نیکوکاران را دوست می‌دارد.

(بقره، ۱۹۵)

احسان و نیکوکاری، یکی از باارزش‌ترین و گسترده‌ترین مفاهیم دینی است که محور اصلی بسیاری از دستورات اجتماعی اسلام نیز می‌باشد. دین مبین اسلام بر این نکته تأکید دارد که احسان و نیکوکاری باید به صورت یک فرهنگ گسترده و یک گفتمان اجتماعی در جامعه در بیاید و تنها در سایه این فرهنگ، جامعه را به کمال خود هدایت می‌شود.

احسان به معنای «زیباسازی عمل» است و گستره آن تمام حوزه‌های فردی و اجتماعی اسلام را شامل می‌شود. به عبارت دیگر، در زبان قرآن «مُحْسِن» به کسی گفته می‌شود که هم عمل نیکو انجام دهد و هم آن را به خوب و کامل انجام دهد. قرآن کریم انگیزه خوبی را برای تداوم احسان ایجاد می‌کند: «وَ أَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ»؛ یعنی به خودت نگاه کن که چگونه پروردگارت این همه نعمت را بی‌منت به تو ارزانی کرد؛ پس تو نیز با دیگران این چنین کن!

ای صاحب مال، فضل کن بر درویش گر فضل خدای می‌شناسی بر خویش

فایده احسان به خود ما برمی‌گردد: «إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِنَفْسِكُمْ: اگر خوبی کنید به خودتان برمی‌گردد.» دلیل آن هم روشن است؛ زیرا مجموعه عالم هستی و نظام حاکم بر آن، پیوسته و در هم تنیده است و بازتاب اعمال ما به ما برمی‌گردد:

به عبارت دیگر، کسی که به دیگران خوبی می‌کند از چند فایده هم‌زمان بهره‌مند می‌شود:

۱- از مواهب و احسان ماندگار خداوند رحمان، بهره‌مند شده و ذات مقدس پروردگار، اندوهش را برطرف ساخته و به یاریش برمی‌خیزد. به همین خاطر است که می‌گویند رضایت خداوند در رضایت مخلوقات از بنده اوست. رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمود: هر کس یک نیاز مؤمنی را روا سازد، خداوند حاجت‌های فراوان او را روا سازد که کمترین آن بهشت باشد.

۲- دیگران را به نیکوکاری و احسان متقابل تشویق می‌کند؛ چون همه ما از صبح تا شام به کمک و یاری یکدیگر نیازمند هستیم و چون دیر یا زود بازتاب اعمال ما در افعال دیگران منعکس خواهد شد، پس بهتر است که خودمان شروع‌کننده خوبی به خودمان باشیم.

آسوده رو، که بار تو بر دوش سائل است ای رهروی که خیر به مردم رسانده‌ای

۳- از همه مهم‌تر، کسی که به دیگران خوبی هدیه می‌دهد، به اعتلای روح و آرامش خاطر خودش خدمت کرده است. او احساس حیات و شادکامی می‌کند؛ درست مانند باغبانی که در یک محل همگانی، باغچه‌ای از گل‌های زیبا بکارد. چنین فردی قبل از اینکه احساس لذت و طراوت را در دیگران ایجاد کرده باشد، به آرامش و شادکامی خود کمک کرده و احساس شیرینی را تجربه می‌کند. برای این است که می‌گوییم: «هم بی‌منت و هم بی‌توقع خوبی کنید.» قرآن کریم به شدت کسانی را هنگام خوبی به دیگران، منت گذاشته یا توقع جبران دارند، نکوهش می‌کند. (بقره، ۲۶۴)

احسان هنری نیست به امید تلافی نیکی به کسی کن که به کار تو نیاید

بزرگی می‌گفت: «اگر برای شما در مهمانی یک سینی چای بیاورند و شما برای نفر کناریتان بردارید، میزبان سینی چای را هم چنان مقابل شما نگه می‌دارد تا شما هم بردارید. نعمت‌های خدا نیز همین‌طور است. وقتی آن را به دیگران می‌بخشید، سهم خودتان محفوظ است.»

موضوع ۶۱: دستگیری از نیازمندان (کارگشایی)

... وَ مَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ فَلَأَنْفُسِكُمْ وَ مَا تُنْفِقُونَ إِلَّا ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللَّهِ وَ مَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ يُؤَفَّ إِلَيْكُمْ وَ
أَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ

و آنچه را از خویبها و اموال انفاق می‌کنید، برای خودتان است؛ (ولی) جز برای رضای خدا، انفاق نکنید! و آنچه از خویبها انفاق می‌کنید، (پاداش آن) به طور کامل به شما داده می‌شود؛ و به شما ستم نخواهد شد.

(بقره، ۲۷۲)

افراد نیکوکار، مایه امید یک جامعه هستند. آنان نعمت‌های خداوند را امانت در دست خود می‌دانند و با عبور از خودبینی و منفعت‌گرایی، آن را با دیگران نیز تقسیم می‌کنند. کسانی که مشکل دیگران را مخصوص خود آن‌ها نمی‌دانند؛ بلکه با آنان همدردی و همدلی کرده و اگر کاری از دستشان بر آید، دریغ نمی‌کنند. این افراد را باید غنیمت شمرد. این‌ها هستند که انسانیت را حفظ کرده‌اند. آری، به قول شخصی می‌گفت: «واحد اندازه گیری انسانیت، دست‌هایی است که گرفتیم؛ گره‌هایی است که از مشکلات دیگران باز کردیم و دل‌هایی است که به دست آوردیم. بعضی از آدم‌ها بالای خط فقرند، ولی زیر خط فهم.»

در مقابل، کسی که غم و اندوه هم نوعش تکانش نمی‌دهد و به راحتی از کنار دل شکسته و شکم گرسنه می‌گذرد؛ فریاد مظلومیت و دادخواهی مظلومان را می‌شنود و اعتنا نمی‌کند؛ توفیق خدمت به محرومان را با فرصت ویژه‌خواری خود و اطرافیانش اشتباه گرفته است؛ به ثروت و خانه و ماشین و جواهرات و توانگری خودش می‌نازد و آن را به رخ دیگران می‌کشد و برایش مهم نیست که در این میانه، دلی را شکسته و حسرت نهفته‌ای را بیدار کرده است؛ چنین فردی هیچ از انسانیت بهره‌ای نبرده است. نبی مکرم اسلام (ص) فرمود: «خدا بندگانی دارد که در بهشت فرمانروایی می‌کنند، پرسیده شد چه کسانی در بهشت فرمانروایی می‌کنند؟ فرمود: «کسانی که نیاز مؤمنی را برطرف می‌کنند و این کار را در بین خودشان مخفی نگه می‌دارند.»

عبادت به جز خدمت خلق نیست به تسبیح و سجاده و دلق نیست

خدمت به دیگران و دستگیری از نیازمندان از بهترین عبادت‌ها در اسلام است. امام صادق (ع) فرمود: «هر کس خانه خدا را طواف کند، خداوند عزوجل شش هزار حسنه برای او می‌نویسد و شش هزار گناه از او می‌آمرزد و شش هزار درجه به وی عطا می‌فرماید و شش هزار حاجت از او برآورده می‌سازد. سپس فرمودند: «قَضَاءُ حَاجَةِ الْمُؤْمِنِ أَفْضَلُ مِنْ طَوَافِ طَوَافٍ وَ طَوَافٍ حَتَّىٰ عَدَّ عَشْرًا؛ گره‌گشایی از کار یک مؤمن، ده برابر این طواف فضیلت دارد.»

در منطق دین، حاجت‌های مردم به عنوان فرصت‌های بندگی خداوند شمرده شده که مؤمن آن را از دست نمی‌دهد. امام حسین - - فرمود: درخواست‌های مردم از شما، از نعمت‌های الهی است برای شما، از این نعمت‌ها ملول و خسته نشوید. به همین خاطر است که صدقه و انفاق و کمک‌رسانی از بارزترین ویژگی‌های پیامبر اسلام و ائمه معصومین (ع) بوده است.

صدها فرشته بوسه بران دست می زنند کز کار خلق یک گره بسته باز کند

سعید بن قیس می گوید: «روزی امیرمؤمنان علی(ع) را در شدت گرما در جایی دیدم. به ایشان گفتم: «ای امیرمؤمنان، در این ساعت بیرون آمده‌اید؟» فرمود: «بیرون نیامدم؛ مگر برای آن که به مظلومی کمک کنم یا به فریاد مصیبت دیده‌ای برسم.» جای تعجب ندارد اگر می‌بینیم آن حضرات در دل شب همواره در کنار راز و نیاز با معبود خویش، به کمک محرومان و نیازمندان رفته و به آنان اطعام می‌کردند. چه خوب گفته‌اند:

قدی که بهر خدمت مردم علم شود بهتر ز قامتی که به محراب خم شود

صدقه خوب در اسلام آن است که:

۱- از بهترین چیزها باشد: «لَنْ تَأْكُلُوا الْبَرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تَحِبُّونَ؛ هرگز به (حقیقت) نیکوکاری نمی‌رسید مگر اینکه از آنچه دوست می‌دارید، (در راه خدا) انفاق کنید.» (آل عمران، ۹۲)

۲- برای خدا باشد: «وَمَا تُنْفِقُونَ إِلَّا ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللَّهِ؛ جز برای رضای خدا، انفاق نکنید!» (بقره، ۲۷۲)

۳- بی‌منت باشد: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُبْطِلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَى؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! بخشش‌های خود را با منت و آزار، باطل نسازید!» (بقره، ۲۶۴)

۴- سبب حفظ آبروی فرد شود: «إِنْ تُبَدُّوا الصَّدَقَاتِ فَنِعِمَّا هِيَ وَإِنْ تُخْفُوهَا وَتُؤْتُوهَا الْفُقَرَاءَ فَهِيَ خَيْرٌ لَّكُمْ؛ اگر انفاقها را آشکار کنید، خوب است! و اگر آنها را مخفی ساخته و به نیازمندان بدهید، برای شما بهتر است!» (بقره، ۲۷۱)

۵- به نیازمند واقعی داده شود: «لِلْفُقَرَاءِ الَّذِينَ أُحْصِرُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ؛ باید برای نیازمندی باشد که در راه خدا، در تنگنا قرار گرفته‌اند...» (بقره، ۲۷۳)

۶- مداوم و مستمر باشد: «وَفِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ لِّلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ؛ و بخش معینی از اموالشان برای نیازمند و محروم است» (ذاریات، ۱۹)

ضمن اینکه صدقه و انفاق و دستگیری از دیگران، به‌هیچ‌وجه محدود به دادن چند سکه و اسکناس به یک فقیر نیست؛ بلکه هر کس تخصصی را به دیگری یاد بدهد یا مطلب خوبی را منتشر کند یا کالای مناسبی را تولید کند یا جوانی را به ازدواج تشویق کند و خلاصه هر کس اندوه و مشکلی را برطرف کند، نیکوکار و محسن است. گاهی حتی یک لبخند می‌تواند بهترین هدیه‌ها باشد؛ تا ناراحتی و غم را حتی برای لحظاتی از دل انسانی دور کنیم. ما همه می‌توانیم ببخشیم: اندیشه، عشق، واژه‌ای شیرین، لبخندی محبت‌آمیز، دستی یاریگر یا هرآنچه ممکن است به قلبی شکسته آرامش دهد. دنیا بیش از پول، به عشق و همدلی نیاز دارد. خوشا پیشتازان میدان این مسابقه که گوی خدمت به مردم را از رقیبان می‌ربایند و در دفتر خدا، امتیاز بیشتری برای خود، ثبت می‌کنند.

آن کسی را بستایید که اندر همه عمر بهر آسایش مردم قدمی بردارد

موضوع ۶۲: برادری با مؤمنان

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

مؤمنان برادر یکدیگرند؛ پس دو برادر خود را صلح و آشتی دهید و تقوای الهی پیشه کنید، باشد که مشمول رحمت او شوید!

(حجرات، ۱۰)

اولین شرط همدلی، دوست داشتن دیگران است. در اسلام به این نکته توجه زیادی شده است. رسول گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: «بهترین کارها پس از ایمان به خدا، دوستی با مردم است.» آن حضرت در جای دیگر می‌فرماید: «امت من تا هنگامی که یکدیگر را دوست بدارند، به یکدیگر هدیه دهند و امانتداری کنند، در خیر و خوبی خواهند بود.» این نشان‌دهنده اهمیت محبت و دوستی با مردم در دین اسلام است. در آیه بالا بیان شده که همه مؤمنان با هم برادرند. این تعبیر والاترین تعبیر برای بیان یکپارچگی و هم بستگی و نیز محبت میان افراد جامعه است.

محبت نقش مهم و بسیار سازنده‌ای در ایجاد آرامش و هم‌یاری و یکپارچگی افراد جامعه دارد. اگر در میان افراد یک خانواده یا یک محیط کاری یا یک محله و در مقیاس وسیع‌تر؛ یک جامعه پیوند قلبی وجود داشته باشد، زمینه‌های هم‌فکری و هم‌افزایی نیز پدیدار خواهد شد. به همین دلیل، دین اسلام نه تنها بر معاشرت خوب با دیگران تأکید کرده؛ بلکه مؤمنان را برادر هم خوانده تا نهایت نزدیکی را میان آنان بیان کرده باشد.

متأسفانه بسیاری از مردم فکر می‌کنند محبت، دل‌خوش می‌خواهد و جیب‌پر. می‌گویند در زندگی امروزه با این همه مشکلات مالی و روحی و سرشلوغی، همین‌که به کار خود برسیم و مردم آزاری نکنیم، بس است؛ دیگر جایی برای محبت و عشق‌ورزیدن باقی نمی‌ماند. این افراد نمی‌دانند که بسیاری از همین مشکلات، با دوست داشتن و مهربانی به دیگران و همدلی با آنان از بین می‌رود:

نهال دوستی بنشان که کام دل به بار آرد درخت دشمنی برکن که رنج بی‌شمار آرد

آری، برخورد محبت‌آمیز با دیگران، یک انتخاب است، برای بهتر زندگی کردن. افرادی که با وجود هزار و یک بدبختی در زندگی شخصی‌شان، اجازه نمی‌دهند تا با چهره عبوس و درهم گرفته با اطرافیان سخن بگویند؛ افرادی که اگر کودکی ببینند، به او لبخند زده و مهربانی و شیطنت می‌کنند؛ افرادی که اگر بزرگسالی ببینند، تلاش می‌کنند تا چند دقیقه‌ای گوش شنوایی برای خاطره‌های هرچند تکراری‌اش باشند؛ افرادی که در خانه به دنبال کوچک‌ترین بهانه برای شادی همسر و فرزندانشان هستند؛ افرادی که در محل کار با مراجعان از روی کلافگی و از سر تکلیف حرف نمی‌زنند؛ افرادی که با همسایه و هم‌محله هر روز سلام و احوالپرسی می‌کند و وقتی سوار تاکسی می‌شود چنان بانشاط سلام می‌کند که همه با خود فکر می‌کنند، احتمالاً خبر خوشی به او رسیده و در زندگی غم ندارد. افرادی که عشق و نشاط و سرزندگی را به محیط پیرامون خود تزریق می‌کنند و مهربانی را تکثیر می‌کنند. افرادی که نسبت به دغدغه و علاقه‌های دیگران بی‌تفاوت نیستند و برای آنان وقت می‌گذارند؛ و خلاصه افرادی که دیگران را همان‌طور که هستند،

دوست دارند، این افراد. طعم واقعی زندگی را فهمیده‌اند. زندگی سرشار از پستی و بلندی است. فقط کسانی از آن لذت می‌برند که اجازه نمی‌دهند تا خارهای گزنده و تیز آن، روح لطیفشان را خراش داده و آزرده سازد. این مفهوم همان حدیث حکیمانه امام علی (ع) است که فرمود: «التَّوَكُّدُ إِلَى النَّاسِ نِصْفُ الْعَقْلِ؛ دوستی با مردم نیمی از خرد است.»

کاش روزی بیاید که آدم‌ها همدیگر را بیشتر دوست داشته باشند؛ جنگ و کشتار و خونریزی هیچ کجای جهان را نگرفته باشد همان طور که هستند. باور کنید زیباترین منش آدمی محبت است. محبت دوست را بزرگ می‌کند و دشمن را دوست. دین اسلام، دین محبت و عشق‌ورزی است. کسانی که این دین را به گونه‌ای دیگر شناخته و معرفی می‌کنند، باید در مسلمانی خود تردید کنند.

آن که خبردار شد ز کیشِ محبّت کار ندارد به هیچ مذهب و ملّت

فصل دهم: مهارت روابط مؤثر اجتماعی

سرسبزی و نشاط جامعه در گرو همین معاشرت نیکو و شایسته است. بیشتر این روابط سالم انسانی، ریشه در سرشت پاک انسان دارند که از سوی ادیان الهی نیز تأیید و تقویت شده است. روح فرهنگ اسلام نیز بر پایه معاشرت نیکو و فعال با مردم استوار شده است.

قرآن کریم رهنمودهای زیادی در حوزه روابط اجتماعی سالم دارد. خداوند یکی از ویژگی‌های انسان دیندار را رابطه خوب او با مردم و به تعبیری، برخورداری وی از مهارت برقراری ارتباط مؤثر و سازنده با دیگران می‌داند. بر این اساس، نگاهی جامع به آیات قرآن در فضایل اجتماعی، می‌تواند یاریگر ما در برقراری ارتباط سالم و استوار و در نتیجه، تشکیل اجتماعی مؤمن و سالم و پایدار باشد.

در این فصل بنا داریم تا برخی از آیات قرآن در این زمینه را بررسی کنیم:

موضوع ۶۳: رعایت حق الناس

وَلَا تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ وَلَا تَعْتُوا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ

و حق مردم را کم نگذارید، و در زمین تلاش برای فساد نکنید!

(شعراء، ۱۱۳)

هیچ دینی به اندازه اسلام به حقوق بشر توجه نکرده است. اساس رهنمودهای اجتماعی اسلام هم بر پایه مراعات حقوق دیگران بنا نهاده شده است؛ یعنی اینکه مسلمان باید نسبت به دیگران احساس تعهد و مسئولیت داشته باشد و حقوق آنان را پایمال نکند. رعایت حق الناس در دین اسلام به قدری مهم است که شرط پذیرش و قبولی اعمال در روز قیامت و ورود به بهشت دانسته شده است.

بسیاری از مردم، «حق الناس» را تنها در حقوق مالی و اقتصادی می بینند، در حالی که این مفهوم بسیار وسیع است و شامل تمام حقوقی که خداوند یا قانون وضع کرده، می شود؛ مثلاً کسی که در یک محله اقدام به سد معبر یا ایجاد سر و صدا و مزاحمت می کند، در حقیقت حق آرامش و آسایش را از دیگران سلب کرده است. «رساله حقوق» امام سجاد (ع) که بی تردید جامع ترین منشور حقوق انسانی است، در بردارنده حقوق و وظایف متقابل انسان و جامعه و حتی موجودات دیگر است و می تواند صرف فصل تحقیقات و دریافتهای فراوانی در این حوزه باشد.

در قرآن کریم نیز آیات زیادی به موضوع حق الناس اختصاص پیدا کرده و خداوند، مصادیق بسیار زیادی از حق الناس را در قالب دستورات دینی مانند نهی از حرام خواری، غیبت، تهمت، تمسخر، دست درازی به مال یتیم و ... بیان کرده است. بزرگ ترین ایه قرآن (۲۸۲ بقره) را به نوعی می توان با همین موضوع مرتبط دانست. با این وجود، می توان عبارت ابتدایی آیه فوق را جامع ترین دستور در این زمینه دانست. در این آیه خداوند به دینداران توصیه می شود تا از هر چیز که متعلق به مردم است، کم نگذارند. روشن است که این دستور، شامل همه حقوق طبیعی، مالی، اجتماعی، قضایی، شهروندی، آزادی بیان و ... می گردد. البته بدیهی است که رعایت حقوق هر فرد، منوط به عدم تعرض آن فرد به حقوق دیگران است.

انتهای آیه نیز به طور کلی از فسادورزی در زمین نهی کرده است که قطعاً یکی از بارزترین نمونه های آن «مردم آزاری» است و ما در گفتار بعد به آن اشاره خواهیم کرد.

بر اساس احادیث، پایمال کردن حقوق مردم، موجب محرومیت از برکت رزق و روزی، عدم استجاب دعا و سلب لذت عبادت می گردد. نقل شده است عارفی مدتی از نماز شب محروم شد و بسیار غمگین بود. شبی در عالم رؤیا به او گفتند: «کسی که لذت خرما می بخشد، چگونه می خواهد لذت شب زنده داری را احساس کند.» هراسان از خواب پرید و با خود فکر کرد. به یاد آورد که روزی هنگام خرید خرما، از غفلت خرمافروش استفاده کرد و خرما را نرسی را

کنار گذاشته، خرمای شیرین و تازه ای را جایگزین آن کرده بود.» به نزد خرما فروش رفت و حلالیت طلبید و مجدد توفیق نماز شب را پیدا کرد.

خواهی که بر از ملک سلیمان بخوری آزار به اندرون موری مرسان

در اینجا می خواهیم به یک اصل مهم اشاره کنیم که بدون تردید در بردارنده روح اصلی دستورات اسلام در این زمینه است: «آنچه برای خود می پسندی، برای دیگران هم بپسند؛ و آنچه برای خود ناخوشایند می پنداری، برای دیگران هم ناخوشایند بدان.»

این اصل که از آن به «قاعده طلایی معاشرت» یاد می شود، زیربنای بسیاری از رهنمودهای اجتماعی ادیان مختلف است و در اسلام نیز مورد توجه قرار گرفته است. رعایت این اصل بدین معناست که در موقعیت های مختلف زندگی، خود را جای دیگران قرار داده و با در نظر گرفتن شرایط و احساساتشان، رفتار مناسب با آنان را انجام دهیم؛ همان رفتاری که اگر خودمان در همان شرایط قرار می گرفتیم، ما را خرسند می کرد.

عرب بادیه نشینی نزد پیامبر آمد، رکاب شتر پیامبر را گرفت و گفت: «ای رسول خدا، چیزی به من یاد بده که به وسیله آن وارد بهشت شوم!» پیامبر فرمود: «آنچه را که دوست داری دیگران نسبت به تو روا دارند، تو نیز همان را نسبت به آنان روا دار. و آنچه را که ناپسند می داری دیگر مردمان نسبت به تو انجام دهند، تو نیز آن را در حق آنان انجام مده. حال، رکاب شتر را رها کن! [یعنی همین جمله برای تو کافی است، برو و بر اساس آن عمل کن.]» این توصیه در کلمات امامان نیز بسیار است. حضرت علی (ع) در نامه ۳۱ نهج البلاغه خطاب به فرزند خویش مشابه همین جمله را می نویسد:

توجه به این اصل، در حیطه های مختلف زندگی، خودخواهی و منفعت طلبی و بی تفاوتی را از بین برده و شفقت و دلسوزی و خیرخواهی را به ارمغان می آورد. فرض کنید اگر این اصل در رابطه دوسویه پرستار با بیمار، کارمند نسبت به مراجعه کننده، کارفرما نسبت به کارگر، معلم نسبت به شاگرد، همسایگان نسبت به هم، زن و شوهر با یکدیگر و خلاصه همه ارکان یک جامعه با هم رعایت شود، چه ثر مطلوبی می داشت.

یاد دارم ز پیر دانشمند تو هم از من به یاد دار این پند
هرچه بر نفس خویش نپسندی نیز بر نفس دیگری مپسند

موضوع ۶۴: پرهیز از مردم آزاری

وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا كَتَبْنَا فَقَدِ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا

و آنهایی که مردان مؤمن و زنان مؤمن را بی آنکه جرمی مرتکب شده باشند، می آزارند، حقا که متحمل بهتان و گناهی آشکار شده‌اند.

(احزاب، ۵۸)

مردم آزاری مورد نکوهش شدید اسلام است. این گناه بزرگ که بازگشتش به عدم رعایت حق الناس سبب برهم خوردن تعادل و آرامش از زندگی عمومی مردم و نزول بلاهای متعدد فردی و اجتماعی می گردد. به همین دلیل، در اخلاق و آداب و احکام اسلامی، این رذیله اخلاقی مورد توجه جدی قرار گرفته و حتی منشأ قاعده فقهی در اسلام شده که اگر استفاده از حقی که سبب ضرر به دیگران شود، جایز نیست. این حکم به قاعده «لا ضررَ و لا ضِرارَ فی الاسلام؛ هیچ ضرر و آزارسانی در اسلام نیست.» مشهور شده که برگرفته از حدیث پیامبر گرامی اسلام (ص) است.

پیامبر اسلام (ص) نشانه ایمان را دوری از مردم آزاری می داند: «المُسلِمُ مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ يَدِهِ وَ لِسَانِهِ؛ مسلمان کسی است که دیگران از دست و زبانش در آسایش باشند.» حضرت علی (ع) نیز در ضمن فرمایشاتی آزار دادن دیگران را از عادات افراد شرور، پست و جاهل می داند: «عَادَةُ الْأَشْرَارِ أَذِيَةُ الرَّفَاقِ؛ عادت افراد شرور، آزار کردن رفیقان است.»

گناهی که دامن گیر افراد مردم آزار می شود، به راحتی آرمزیده نمی شود. به همین دلیل، بسیار باید از این اعمال برحذر بود. پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند: «حَصَلَتَانِ لَيْسَ فَوْقَهُمَا مِنَ الشَّرِّ شَيْءٌ الشَّرْكَ بِاللَّهِ وَ الضَّرُّ لِعِبَادِ اللَّهِ؛ دو خصلت ناپسند است که بدتر از آنها نیست: شرک به خدا و آزار بندگان خدا.»

مباش در پی آزار و هرچه خواهی کن که در شریعت ما غیر از این گناهی نیست

در قرآن کریم، مفهوم اذیت و آزار، بیشتر به صورت ذکر مصادیقی چون اذیت و آزار جسمی، تعدی به مال دیگران، غضب، عیب جویی، تمسخر، استهزاء و تحقیر، تهمت، غیبت، دادن القاب زشت و... وارد شده است. در آیه بالا به مسلمانانی که به آزار و اذیت دیگران می پردازند، هشدار داده می شود که مرتکب بهتان و گناه بزرگی می شوند. اگرچه مورد آیه مذکور، مخصوص تهمت ناروا به دیگران است، اما عبارت آیه کلی است و هر گونه آزارسانی را شامل می شود. در سوره بروج آیه ۱۰ نیز در بیان سزای مردم آزاری می خوانیم: «إِنَّ الَّذِينَ فَتَنُوا الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَتُوبُوا فَلَهُمْ عَذَابُ جَهَنَّمَ وَ لَهُمْ عَذَابُ الْحَرِيقِ؛ در حقیقت کسانی که مردان مؤمن و زنان مؤمن را در سختی و بلا افکندند، سپس توبه نکرده‌اند، پس برای شان عذاب جهنم است و (نیز) برای آنان عذاب سوزان است!»

از طرفی، در آیه ۸۲ انعام، خداوند رمز خوشبختی و آرامش و هدایت، ایمان و دوری از ظلم و ستم دانسته است: «الَّذِينَ آمَنُوا وَ لَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَ هُمْ مُهْتَدُونَ؛ آنان که ایمان آورده‌اند و ایمانشان را به هیچ ستمی نیالوده‌اند، امن (و آرامش) دارند و رهیافته‌اند.» هر چند برخی مفسران تلاش کرده‌اند تا ظلم در این آیه را به

معنای «شرک به خدا» بگیرند، ولی ظلم معنای وسیعی دارد و شامل همه گناهان فردی و اجتماعی و اعتقادی و عملی و پنهان و آشکار می‌شود. به تعبیر دیگر، هر گناهی در حقیقت، هم ظلم به خداست و هم ظلم به خویشتن و هم ظلم به دیگران. بر این اساس، مؤمنان واقعی کسانی هستند که ایمان خود را آغشته به گناه نکنند (و گفتیم یکی از بزرگ‌ترین گناهان، مردم‌آزاری است). جالب آنکه در حدیثی از پیامبر گرامی اسلام (ص)، مردم‌آزاری در کنار شرک به خدا، بدترین گناهان معرفی شده است: «خَصَلْتَانِ لَيْسَ فَوْقَهُمَا مِنْ الشَّرِّ شَيْءٌ الشَّرْكَ بِاللَّهِ وَالضَّرُّ لِعِبَادِ اللَّهِ؛ دو خصلت ناپسند است که بدتر از آن‌ها نیست: شرک به خدا و آزار بندگان خدا.»

موارد مردم‌آزاری در زندگی بسیار زیاد است. از بلند کردن صدای ماشین و بوق زدن غیرضروری و راه‌بندان به بهانه جشن و شادی و عزا و پارک کردن در جلوی منزل دیگران گرفته تا مزاحمت‌های تلفنی و سرکاری و دست‌انداختن دیگران و سرک کشیدن به حریم شخصی آن‌ها. تأسف‌بارتر آنکه برخی این کار را تنها برای ایجاد تنوع و تفریح انجام می‌دهند و حتی تبدیل به کلیپ و فیلم کرده و به اشتراک می‌گذارند. به درستی که این افراد اگر می‌دانستند چه حساب سختی در پیش خواهند داشت، این چنین بی‌پروا سرنوشت خود را به تباهی نمی‌کشاندند. آری، این وعده حتمی پروردگار است که اگر کسی ناراحتی مخلوقش را برانگیزد، بر او غضب کرده و رحمتش را از او دریغ می‌کند: «... وَلَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ؛ مکر و نیرنگ تنها دامان صاحبانش را می‌گیرد.» (فاطر، ۴۳)

آری، دنیایی که خدا آفریده یک قلب دارد که هر کس به آن چیزی هدیه بدهد، همان را پس می‌گیرد. اگر کسی را شاد کردیم، اثرش خیلی زود به سوی ما بازمی‌گردد و اگر دلی را شکستیم، همین‌طور. «دنیا جای بزن و در رو نیست.»

تار و پود موج این دریا به هم پیوسته است می‌زند بر هم جهان را، هر که یک دل بشکند

موضوع ۶۵: حسن خلق (خوشرویی)

وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ

تو ملکات اخلاقی بس بزرگی داری که بر آن مسلطی.

(قلم، ۴)

بدون شک یک از مهم‌ترین فضایل اجتماعی «حُسن خلق» یا همان خوش اخلاقی است. پیامبر اکرم (ص) فرموده است: «در روز قیامت چیزی برتر و بالاتر از حسن خلق در ترازوی عمل کسی نهاده نمی‌شود.» و «بیش‌ترین چیزی که سبب می‌شود امت من به خاطر آن وارد بهشت شوند، تقوای الهی و حسن خلق است». خود آن حضرت دارای نیکوترین اخلاق بود. در آیه مذکور، خداوند متعال، پیامبر گرامی اسلام (ص) را دارای والاترین اخلاق حسنه می‌داند.

خوش اخلاقی تأثیر بسیار زیادی در شیرین‌تر شدن زندگی، جلب دوستی و محبت دیگران، افزون شدن برکت و روزی، طول عمر و کاهش اضطراب و استرس و حل مشکلات زندگی می‌گردد. اگر به دنبال «اکسیر اعظم» جلب محبت هستید، بدانید باید خود را مزین به خوش اخلاقی و گشاده‌رویی کنید. بدانید که بد اخلاقی و تندخویی، خوشبوترین عطرها و بهترین آرایش‌ها و نیکوترین لباس‌ها و جذاب‌ترین چهره‌ها را بی‌اثر و منزوی می‌کند. ولی خوش اخلاقی سبب جذب دیگران و صمیمیت و آرامش و مردم‌داری می‌شود.

میزان اخلاق هر انسان را باید در نحوه معاشرتش با دیگران جستجو کرد. به فرموده رسول اکرم (ص)، «ایمان کسی کامل‌تر است که اخلاقش بهتر باشد.»

«حسن خلق»، امتیاز بارز آن‌ها و مظهر رأفت و رحمت بود. با همین «اکسیر اعظم» دلها را جذب می‌کردند، دشمنان را دوست می‌ساختند، کینه‌ها را به مهربانی مبدل می‌کردند، الفت می‌آفریدند و پیوند می‌دادند، دلها را با دلها، دستها را با دستها! کلام نرم، رفتار شایسته، گفتار مؤدبانه و جاذبه‌دار، تحمل فراوان و حلم و بردباری و چهره گشاده و بشاش، از مظاهر جلوه‌های «حسن خلق» است. از پیامبر اکرم (ص) نقل شده است: «گاهی انسان در سایه خوشخویی، به مقام و رتبه روزه‌داران شب‌زنده‌دار می‌رسد.»

من ندیدم در جهان جست و جو هیچ اهلیت به از خلق نکو

هر که را خوی نکو باشد برست هر کسی کاو شیشه دل باشد، شکست

اگر بخواهیم خوش اخلاقی را تعریف کنیم، باید به حدیثی از امام صادق (ع) اشاره کنیم. آن حضرت در پاسخ از معنای حسن خلق می‌فرماید: «تَلِينُ جَانِبِكَ وَتَطْيِبُ كَلَامَكَ وَتَلْقَى أَخَاكَ بِبِشْرِ حَسَنٍ؛ یعنی حسن خلق آن است که نرم‌خو و مهربان باشی، گفتارت پاکیزه و مؤدبانه باشد و با برادرت با خوشرویی برخورد کنی.» بر این اساس، حسن خلق به مجموع سه صفت نرم‌خویی، خوش‌گویی و خوش‌رویی گفته می‌شود. صفت نرم‌خویی را در گفتار بعد بررسی کرده و در این گفتار به صفت خوشرویی و در گفتارهای بعد به دو صفت بعدی می‌پردازیم.

الف- خوشرویی: یکی از صفات نیک هر انسانی، خوشرو بودن و داشتن لبخند بر لب‌ها در برخورد با دیگران است. تبسم و لبخند، یک نیروی شگفت‌انگیز اجتماعی دارد که هر کس با آن وارد جایی شود، همگان را به خود جلب می‌کند و مورد استقبال و احترام قرار می‌گیرد. لبخند و شادی قابل انتقال است و برای دیگران نیز سودمند می‌باشد. قلب شادمان و چهره باز، یک سرچشمه شادی است که همه چهره‌های پیرامون خود را شکفته و خندان می‌سازد. هیچ نیرویی نمی‌تواند با کانون خانواده یا گروه دوستانی که در آنجا لبخند و شادی وجود دارد، مقابله کند. کسی که دارای این صفت نیکو است، تأثیر چشمگیری روی دوستان و نزدیکان خواهد داشت و وجودش برای همه آن‌ها نعمتی آسمانی است؛ فرزندان که در این گونه کانون‌های گرم و پر نشاط پرورش یابند، در آینده افرادی فعال، مؤثر خدمتگزار، گشاده رو و خوش اخلاق خواهند بود؛ ولی معمولاً کسانی که بد خلق و ناراحت هستند و قیافه‌ای گرفته و افسرده دارند، در خانواده‌هایی بزرگ شده‌اند که از این نعمت بی‌بهره بوده‌اند و پدر و مادرشان غالباً در زندگی، اختلاف و کشمکش داشته‌اند.

لبخند و تبسم نشانه راضی بودن است و بزرگ‌ترین نعمتی که باعث خوشبختی انسان می‌شود، رضایت و خشنودی است. چهره شاد و خشنود داشتن، ضمیر را روشن و حل بسیاری از مسایل را سهل و آسان می‌سازد؛ همچنان که ترشرویی و ناخشنودی همیشگی، خطر بزرگی را در پی خواهد داشت؛ دیر یا زود بر روی سلامت فکری، روحی و جسمی انسان اثر می‌گذارد، تعادل روانی را بر هم می‌زند و سبب کنار کشیدن و رنجیدن دیگران نیز می‌شود.

امام صادق (ع) فرمود: «نیک‌ترین کردن به دیگران و خوشرویی، محبت دیگران را جلب و انسان را وارد بهشت می‌گرداند و بخل و ترش‌رویی انسان را از خدا دور و وارد دوزخ می‌کند.» امام باقر (ع) نیز می‌فرماید: «تَبَسُّمُ الرَّجُلِ فِي وَجْهِ اخِيهِ حَسَنَةٌ. لبخند انسان به چهره برادر دینی اش «حسنه» است.»

تبسم، بارزترین مصداق گشاده‌رویی است که در ایجاد ارتباط کارآمد، نقش فراوانی دارد؛ در روایات آمده است هر کسی به برادرش تبسم کند، خداوند به او حسنه می‌دهد و در سیره پیامبر (ص) آمده است که بیشتر از همه مردم متبسم بود، ایشان همیشه تبسم بر لب داشت و به دیگران نیز سفارش می‌کرد تا همواره متبسم باشند و یکدیگر را با چهره‌ای باز ملاقات کنند.

از ثمر شیرین نسازی گر دهانِ خلق را سعی کن از سایه‌ات چون بید آساید کسی

موضوع ۶۶: حسن خلق (خوش گویی)

... وَ قُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا ...

و با مردم سخن خوب بگویید.

(بقره، ۸۳)

یکی از شاخه‌های دیگر «حسن خلق» که تأثیرات زیادی در نرم ساختن قلوب و جلب عاطفه‌ها و پایداری روابط اجتماعی دارد، خوش‌گویی است. گفتار دلپذیر و شادی‌بخش رابطه‌ها را استوارتر و پیوندها را صمیمی‌تر می‌سازد. در مقابل، کلام گزنده و نیش‌دار و آمیخته به ملامت و سرزنش هیچ‌گاه نخواهد توانست اثر مثبتی در طرف مقابل ایجاد کند.

در آیه بالا، خداوند از ما می‌خواهد تا با همه مردم، نیکو سخن بگوییم. این مطلب هیچ استثنائی ندارد؛ یعنی حتی با دشمنان نیز باید به خوبی سخن گفت. امام باقر (ع) در تفسیر معنای قول نیک که خداوند در آیه سفارش کرده می‌فرماید: «بهترین سخنی که دوست دارید مردم به شما بگویند، به آنها بگویید، چرا که خداوند، لعنت، دشنام و زخم زبان بر مومنان را دوست ندارد و فرد زشت گفتار و بدزبان و سمج را دشمن می‌دارد و شخص با حیا و بردبار و عقیف پارسا را دوست دارد.»

از این رو، رسول خدا(ص) فرموده است: «هر کس برادر و خواهر باایمانش را با گفتن کلامی ملاطفت‌آمیز و غم‌زدا، مورد تکریم قرار دهد، تا وقتی او شادمان است، گوینده آن سخن همواره در سایه رحمت گسترده الهی به سر می‌برد.» این موضوع به قدری مهم است که خداوند آن را نوعی انفاق می‌داند: «قَوْلٌ مَّعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِنْ صَدَقَةٍ يَتَّبِعُهَا أَذَى؛ گفتار پسندیده (در برابر نیازمندان)، و عفو از بخششی که آزاری به دنبال آن باشد، بهتر است.» (بقره، ۲۶۳)

خوش‌گفتاری اثر دو سویه دارد. در حدیثی از حضرت علی(ع) آمده است: «اجْمَلُوا فِي الْخِطَابِ تَسْمَعُوا جَمِيلَ الْجَوَابِ؛ زیبا سخن بگویید تا پاسخ زیبا بشنوید.»

خوب است در این زمینه، به موضوع مزاح و شوخی هم در نگاه اسلام پرداخته شود. از نظر دین، مزاح و شوخی در حدی که موجب زدودن غم و اندوه و شاد کردن مؤمن باشد و به گناه و افراط و جسارت و سخنان زشت و دور از ادب کشیده نشود، عملی پسندیده و بایسته است. پیامبر اسلام فرمود: «من حتماً شوخی می‌کنم، ولی جز سخن حق نمی‌گویم.» هم‌چنین امام صادق (ع) از یکی از اصحابش پرسید: «مزاح شما با یکدیگر چگونه است؟» عرض کردم: «بسیار اندک!» حضرت فرمود: «این گونه نباشید، چرا که مزاح کردن از حسن خلق است و تو می‌توانی به وسیله آن برادر دینی‌ات را شادمان کنی.»

بحث بیشتر در این زمینه را به فصل دوازدهم که به مهارت خوش‌گفتاری اختصاص دارد، واگذار می‌کنیم.

موضوع ۶۷: حسن خلق (نرم‌خویی)

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ ...

[ای پیامبر!] پس به مهر و رحمتی از سوی خدا با آنان نرم خوی شدی، و اگر درشت خوی و سخت دل بودی از پیرامونت پراکنده می‌شدند؛ بنابراین از آنان گذشت کن، و برای آنان آمرزش بخواه

(آل عمران، ۱۵۹)

خداوند در آیه بالا از صفت نرم‌خویی پیامبر گرامی اسلام یاد کرده و آن را رحمتی از جانب خود می‌داند.

آری، خدای مهربان، پیامبران و سفیران خود را انسان‌هایی عطف و نرم‌خو قرار داد تا بهتر بتوانند در مردم اثر گذارند و آنان را به سوی خود جذب نمایند. جالب آنکه خداوند نرم‌خویی را رحمتی از جانب خودش به بندگان می‌داند.

به طور کلی، آدم‌ها دو دسته‌اند: برخی از آن‌ها چنان وجود پرطمطراقی دارند که کسی کنارشان به چشم نمی‌آید. دور و برشان را که می‌بینی، همه چیز باید مطابق راحتی و میلشان پیش برود؛ انگار همیشه باید بقیه کوتاه بیایند و پا روی علائقشان بگذارند. نشانه این آدم‌ها این است که وقتی نیستند، همه نفس راحتی می‌کشند.

اما آدم‌هایی هم هستند که کنار ما زندگی می‌کنند، ولی دیده نمی‌شوند. علاقه دیگران همیشه بر میل آنان مقدم است. در اتوبوس، سریع برمی‌خیزند و جای خود را به کس دیگری می‌دهند. در خانه، اگر غذا کم باشد، حتماً از اول هم اشتها نداشته‌اند؛ و اگر کمی سوخته باشد، می‌گویند من اصلاً همین بخش برشته‌اش را دوست دارم؛ برنامه‌های تلویزیون را بر اساس علاقه همسرشان تعیین می‌کنند؛ در سفر، مطابق میل دیگران خود را وفق می‌دهند؛ در محله، سر و صدای مهمانی همسایه را تحمل می‌کنند. این آدم‌ها وقتی هستند، به قدری بی سرو صدا زندگی می‌کنند که انگار نیستند، ولی وقتی نیستند، همه چیز کم است. آن‌ها نقش روغن در چرخ دنده‌های کارخانه ما آدم‌ها را بازی می‌کنند. وای از روزی که از این آدم‌ها در زندگی‌هایمان کم باشد. آن وقت چقدر زندگی چقدر تلخ می‌شود.

اگر به دنبال یک نشانه برای مؤمن هستید، فقط به این حدیث از امیرالمؤمنین (ع) توجه کنید که نشانه مؤمنان را این گونه می‌داند: «المؤمن نفسه منه في تعبٍ والناس منه في راحة؛ مؤمن کسی است که خودش از دست خودش در رنج قرار دارد، ولی مردم از دست او در آسایشند.»

تا ز تو خوشنود بود کردگار
رنج خود و راحت یاران طلب

عمر به خشنودی دلها گذار
سایه خورشید سواران طلب

موضوع ۶۸: فرمانبری و قانون‌پذیری

لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ وَأَنْزَلْنَا الْحَدِيدَ فِيهِ بَأْسٌ شَدِيدٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ وَرُسُلَهُ بِالْغَيْبِ إِنَّ اللَّهَ قَوِيٌّ عَزِيزٌ

بیقین فرستادگانمان را با دلیل‌های روشن (معجزه آسا) فرستادیم، و همراه آنان کتاب (الهی) و ترازو را فرو فرستادیم، تا مردم به دادگری برخیزند؛ و آهن را فرو فرستادیم که در آن نیرویی شدید [آلات جنگی] و سودهایی برای مردم است، و تا خدا معلوم دارد که چه کسی او و فرستاده‌اش را در نهان یاری می‌کند؛ برآستی خدا نیرومندی شکست‌ناپذیر است.

(حدید، ۲۵)

یکی از مهم‌ترین بایسته‌های رفتار اجتماعی مطلوب از نگاه دین، پیروی از قوانین بر حق و عرفی جامعه است. اجرای قانون از دیدگاه قرآن جایگاه بسیار ویژه‌ای دارد. خداوند در چند جای قرآن، هدف از فرستادن انبیا را اجرای حق و قانون بیان کرده است: «إِنَّا أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ لِتَحْكُمَ بَيْنَ النَّاسِ بِمَا أَرَاكَ اللَّهُ وَلَا تَكُنْ لِلْخَائِنِينَ خَصِيمًا؛ ما این کتاب را بحق بر تو نازل کردیم تا به آنچه خداوند به تو آموخته در میان مردم قضاوت کنی و از کسانی مباش که از خائنان حمایت نمایند.» (سوره نسا آیه ۱۰۵) این مطلب از آیه ۲۱۳ سوره بقره هم فهمیده می‌شود.

بر این اساس، مؤمن حقیقی کسی است که در بابر قانون‌های الهی و فرامین رهبر دینی کاملاً مطیع باشد. در آیه ۶۵ سوره نساء آمده است: «فَلَا وَرَبِّكَ لَا يُؤْمِنُونَ حَتَّى يُحَكِّمُوكَ فِيمَا شَجَرَ بَيْنَهُمْ ثُمَّ لَا يَجِدُوا فِي أَنْفُسِهِمْ حَرَجًا مِمَّا قَضَيْتَ وَيُسَلِّمُوا تَسْلِيمًا؛ به پروردگارت سوگند که آنها مؤمن نخواهند بود، مگر اینکه در اختلافات خود، تو را به داوری طلبند و سپس از داوری تو، در دل خود احساس ناراحتی نکنند و کاملاً تسلیم باشند.»

قرآن هم‌چنین کسانی را که اگر قانون به صلاح شان باشد از آن اطاعت می‌کنند و در سایر موارد از آن سرپیچی می‌کنند به شدت مورد سرزنش قرار می‌دهد: «وَإِذَا دُعُوا إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ لِيَحْكُمَ بَيْنَهُمْ إِذَا فَرِيقٌ مِنْهُمْ مُعْرِضُونَ. وَإِنْ يَكُنْ لَهُمُ الْحَقُّ يَأْتُوا إِلَيْهِ مُدْعِينَ؛ و هنگامی که از آنان دعوت شود که به سوی خدا و پیامبرش بیایند تا در میانشان داوری کند، ناگهان گروهی از آنان رویگردان می‌شوند. ولی اگر حق داشته باشند (و داوری به نفع آنان شود) با سرعت و تسلیم به سوی او می‌آیند.» (سوره نور آیات ۴۸ و ۴۹)

از آیه بالا هم فهمیده می‌شود که هدف از بعثت انبیاء و به طور کلی احکام و مقررات دینی، این است که مردم به عدالت قیام کنند. منظور از میزان در این آیه، همان مقررات دینی و حکومتی و به تعبیر ساده‌تر، قانون است. از این آیه فهمیده می‌شود که نکته جالب در جمله «لِيُقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ» این است که خداوند می‌خواهد تبعیت از قانون به صورت خودجوش و مردمی باشد؛ یعنی یک فرهنگ فراگیر و داوطلبانه باشد؛ نه اینکه به زور توسط حکومت اقامه قسط بشود. اگرچه در ادامه آیه، از نیروی شدید و نعمت شمشیر برای دفع فتنه قانون‌گریزان سخن می‌گوید.

در سیره پیامبر اکرم (ص) و اهل بیت (ع) توجه ویژه‌ای به قانون‌مداری در امور حکومتی مشاهده می‌شود؛ چه هنگامی که خود مأمور اجرای قانون بودند و چه حتی زمانی که حاکم نبودند. از امام صادق (ع) روایت است که وقتی آیه

زکات نازل شد یکی از موارد مصرف زکات «عاملین علیها» بود؛ یعنی کسانی که مسئول جمع آوری زکات هستند. عده‌ای از طائفه بنی‌هاشم نزد پیامبر(ص) آمدند و از ایشان درخواست کردند تا به خاطر رابطه فامیلی که با هم دارند، مسئولیت جمع‌آوری زکات را به آنها محول کند تا بتوانند از این طریق سهمی از زکات را برای خودشان بردارند. پیامبر(ص) فرمود: «صدقه و زکات بر من و بر بنی‌هاشم حرام است؛ آیا گمان می‌کنید که من شما را بر دیگران ترجیح می‌دهم؟»

آن حضرت در حدیث قابل تأملی فرمود: «بنی اسرائیل نابود شدند از آن رو که حدود الهی را بر زیردستان اجرا می‌کردند، نه بر اشراف زادگان.»

کارکرد اصلی قانون، تنظیم رفتارهای اعضای یک جامعه است، که به طور طبیعی دچار تعارضند، ولی در پرتو حسن اجرای قانون، عدالت، رفاه، نظم و رشد جامعه نیز پدید می‌آید. لذا هم حکومت، موظف به اجرای قانون است و هم خود مردم باید به آن گردن گذاشته و احترام بگذارند.

در آیات بسیاری از قرآن، قوانین تشریحی خداوند ذکر شده و از همه خواسته شده تا از آن پیروی کنند. اگرچه قوانین دینی، به جهت معصوم بودن قانون‌گذار، از هر خطا و تبعیض و بی‌عدالتی به دور است، ولی این به معنای بی‌مبالاتی نسبت به قوانین بشری نیست؛ زیرا دین مبین اسلام بر مبنای اصول کلی مبتنی بر عقل و عرف، هر قانونی را که منشأ عقلایی داشته باشد و از حاکم اسلامی - حتی اگر معصوم نباشد - نشأت گرفته باشد، پذیرفته و همه را به تبعیت از آن دعوت می‌کند. اساساً فلسفه دین مبتنی بر همین قانون‌پذیری عقلایی و شرعی است. به همین جهت، علمای دین معتقدند تمام قوانین جامعه اسلامی به نوعی باید زیر نظر حاکم شرع و فقیه مجتهد جامع شرایط تصویب و اجرا شود.

موضوع ۶۹: رعایت ادب

إِنَّ الَّذِينَ يُنَادُونَكَ مِنْ وَرَاءِ الْحُجُرَاتِ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ

بی تردید کسانی که تو را از پشت اطاق‌ها صدا می‌کنند، بیشترشان درک ندارند.

(حجرات، ۴)

«ادب هیچ خرجی ندارد، ولی همه چیز را می‌خرد.» این جمله بیانگر اهمیت این گفتار در جلب محبوبیت اجتماعی و ارتباط با دیگران است. در این گفتار به اهمیت ادب در معاشرت اجتماعی اشاره می‌کنیم.

بخش مهمی از دین اسلام را آداب در بر گرفته است. آداب معاشرت، دوستی، غذا خوردن، لباس پوشیدن، نشستن و برخاستن، خوابیدن، مهمانی، دید و بازدید و به طور کلی، آداب فردی و اجتماعی مربوط به اعمال مختلف.

اهمیت ادب به قدری مهم است که حضرت علی (ع) آن را کمال آدمی می‌داند و در حدیثی ارزشمند جایگاه ادب را این‌چنین شرح می‌دهد که: «هر چیزی محتاج عقل است و عقل محتاج ادب است». آن حضرت در جای دیگر می‌فرماید: «مردم به ادب شایسته، بیش از طلا و نقره نیازمندند.» هم‌چنین فرمود: «ادب انسان را از افتخارات پدران و نیاکان بی‌نیاز می‌کند.»

با ادب باش تا بزرگ شوی که بزرگی نتیجه ادب است

ادب در حقیقت نقطه آغازین رشد و شکوفایی شخصیت یک فرد است. امام حسین (ع) در یک روایت حکیمانه فرمود: «کسی که عقل ندارد، ادب نیز ندارد.» پس بدون رعایت ادب، دستیابی به پایین‌ترین مراحل انسانیت نیز امکان‌پذیر نیست:

آدمیزاد اگر بی ادب است، آدم نیست فرق ما بین بنی آدم و حیوان، ادب است

امام صادق (ع) به یکی از یاران خویش می‌فرماید: «اگر فقط دو روز دیگر تا مرگ تو باقی مانده است، یک روزش را برای آموختن ادب صرف کن و روز دوم را برای به کار بستن آن.» از این روست که بزرگان توفیق ادب داشتن را نیز از خداوند درخواست می‌کردند.

از خدا جوییم توفیق ادب بی ادب محروم گشت از فضل رب

اگر بخواهیم یک تعریف کلی از ادب داشته باشیم، خوب است به حدیث نیکوی امیر مؤمنان (ع) در این‌باره اشاره کنیم. آن حضرت می‌فرماید: «بهترین ادب آن است که انسان در حد و مرز خود باقی بماند و از اندازه خویش پا فراتر نهد.» از این جهت این حدیث را در تعریف ادب، نیکو دیدیم که معنای جامعی از آداب مختلف در بر می‌گیرد. به طور مثال، شاگردی که حد خود را بشناسد، در ارتباط با معلم درشت‌گویی و پرخاش نمی‌کند یا انسانی که حد خود را بداند، در رابطه با دیگران متکبرانه سخن نمی‌گوید و نشست و برخاست ندارد. رعایت ادب در هر کاری، ویژه خود

آن کار است که حتی ممکن است در زمانها و مکانهای مختلف هم تفاوت کند. به همین دلیل، از قدیم گفته‌اند که «ادب، آداب دارد.»

موضوع آیه فوق، رعایت ادب در برابر پیامبر اسلام(ص) است. برخی مسلمانان آن حضرت را با صدای بلند و از بیرون خانه و با صدای بلند صدا می کردند و چون این کار بی حرمتی به آن جناب بود، خداوند آنان را از این کار نهی کرد. در این آیه، افرادی که مراعات ادب نمی کنند، به بی خردی توصیف شده‌اند. این آیه یکی از دهها آیه‌ای است که به طور کلی درباره رعایت ادب در رفتار اجتماعی نازل شده است. بخش‌هایی از سوره‌های لقمان، اسراء، حجرات، فرقان و اعراف به ذکر کلیاتی در این زمینه اختصاص یافته است. اگر بخواهیم به آداب مختلف زندگی اجتماعی از منظر قرآن پردازیم، نیازمند کتابی مفصل و چند جلدی است.

بخش اندکی از این آداب و آیات از این قرار است: ادب در برابر پیامبر (ص): [نور، ۶۳ / حجرات، ۱ تا ۵ / توبه، ۶۱ / احزاب، ۵۳ و ...] - ادب در برابر علما و بزرگان دینی: [مجادله، ۱۱ / کهف، ۶۶ و ...] - ادب در برابر پدر و مادر: [اسراء، ۲۳ و ۲۴ / لقمان، ۱۴ / احقاف، ۱۵ / صافات، ۱۰۲ و ...] - ادب در برابر مردم: [اعراف، ۱۹۹ / نساء، ۸۶ / فرقان، ۷۲ / حجرات، ۱۱ / نساء، ۳۶ و ...] - ادب در غذا خوردن: [اعراف، ۳۱ / عبس، ۲۴ / بقره، ۱۶۸ / نحل، ۱۱۴ و ...] - ادب در مهمانی: [نور، ۲۷ تا ۲۹ / مجادله، ۱۱ / انعام، ۶۸ / احزاب، ۵۳ و ...] - ادب در سخن گفتن: [انعام، ۱۰۸ / بقره، ۸۳ / لقمان، ۱۹ / انعام، ۵۴ / نساء، ۸۶ / حجرات، ۱۱ و ...] - ادب در راه رفتن: [اسراء، ۳۷ / لقمان، ۱۸ / فرقان، ۶۳ و ...]

گفتنی است بهترین الگو برای رعایت ادب، خود قرآن کریم است که در سرتاسر آن رعایت ادب مشاهده می‌شود. در هیچ کجای قرآن چه در لحن و چه در محتوای آن بی ادبی دیده نمی‌شود. بنابراین، بی ادبی نشانه دوری از قرآن است. افرادی که و بزرگ‌تر و کوچک‌تر و پدر و مادر و استاد و ... سرشان نمی‌شود و به بهانه رک گویی یا آزادی عمل و بیان گستاخانه سخن می‌گویند و بی ملاحظه می‌نشینند، بویی از ایمان نبرده‌اند؛ حتی اگر ظاهر دینی داشته باشند.

کردم از عقل سؤالی که مگر ایمان چیست؟ عقل بر گوش دلم گفت که ایمان ادب است.

موضوع ۷۰: همیاری و مشارکت اجتماعی

... وَ تَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَ التَّقْوَىٰ وَ لَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَ الْعُدْوَانِ ...

و (همواره) در راه نیکی و پرهیزگاری با هم تعاون کنید! و (هرگز) در راه گناه و تعدی همکاری ننمایید!

(مائده، ۲)

اسلام در ضرورت مشارکت اجتماعی توصیه‌ها و راهکارهای بسیاری ارائه نموده و بر آن تأکید داشته است. اسلام مشارکت انسان‌ها را ضامن بقای اجتماعی دانسته و آن را یکی از عناصر ذاتی پیشرفت و پویای جامعه می‌داند. خداوند در (سوره مائده/ آیه شریفه ۲) مسلمانان را به تعاون و یاری رساندن به یکدیگر فرمان می‌دهد.

تعاون و همکاری، دایره‌ای گسترده‌ای از امور اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، سیاسی، نظامی، خانوادگی و ... را در برمی‌گیرد. جامعه‌ای که در آن، مردم دوشادوش حکومت به کمک و یاری همدیگر برخاسته و هم‌بستگی و اتحاد و همدلی دارند، پله‌های ترقی و پیشرفت را به خود خواهد دید و جامعه‌ای که در آن هر کس به فکر پیشرفت موقتی و محدود خود است و توازن و هم‌افزایی در آن وجود ندارد، محکوم به شکست و از هم گسیختگی است.

از نظر قرآن، امت اسلامی یک پیکره واحد دارند و همه مسلمین موظف به حفظ این پیکره واحد در برابر ظالمان و حق‌ستیزان هستند. به همین دلیل است که قرآن کریم با عبارات ارزنده‌ای مؤمنان را برادرِ همدیگر؛ بلکه حتی نزدیک‌تر از آن دانسته است. آن‌جا که سخن از کشتن به میان می‌آید، می‌گوید: «خودتان را نکشید.» (نساء، ۲۹)؛ اگر از ظلم نهی می‌کند، می‌فرماید: «به خودتان ظلم نکنید.» (توبه، ۳۶)؛ هنگامی که از تمسخر و تحقیر و عیب‌جویی نکوهش می‌کند، باز می‌فرماید: «از خودتان عیب‌جویی نکنید.» (حجرات، ۱۱)؛ حتی سلام و درود بر دیگری را سلام بر خود خوانده است: «و هنگامی که داخل خانه‌ای شدید، بر خویشان سلام کنید» (نور، ۶۱).

بسیاری از موفقیت‌های یک جامعه مشروط به خواست و اراده عمومی مردم و حضور آنان در صحنه‌های مختلف تصمیم‌گیری و عمل است. آنان که نسبت به اتفاقات جامعه خود بی‌تفاوت هستند، در حقیقت نسبت به سرنوشت خودشان اهمیت قائل نیستند؛ چه اینکه به فرموده قرآن، تغییر سرنوشت هر ملتی به دست خودش است: «إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ؛ خداوند سرنوشت هیچ قوم (و ملتی) را تغییر نمی‌دهد مگر آنکه آنان آنچه را در خودشان است تغییر دهند!» (رعد، ۱۱)

قرآن کریم حتی تحقق عدالت اجتماعی را به دست مردم امکان‌پذیر می‌داند و وظیفه حاکمان را تنها زمینه‌سازی برای آن می‌داند: «لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ؛ ما رسولان خود را با دلایل روشن فرستادیم، و با آن‌ها کتاب و قوانین عادلانه نازل کردیم تا مردم قیام به عدالت کنند.» (حدید، ۲۵) به دلیل اهمیت بسیار زیاد مشارکت و همکاری و هم‌افزایی است که در آیه ۴۶ سوره سبأ قیام برای خداوند به صورت گروهی مقدم بر

قیام فردی شده است: «قُلْ إِنَّمَا أَعْظُمُ بِوَاحِدَةٍ أَنْ تَقُومُوا لِلَّهِ مِثْلِي وَفُرَادَى؛ بگو: «شما را تنها به یک چیز اندرز می‌دهم، و آن اینکه: دو نفر دو نفر یا یک نفر یک نفر برای خدا قیام کنید.»

نمونه بارز این تعاون و مشارکت اجتماعی را می‌توان در مسلمانان صدر اسلام دید که با خلوص و ایمانی راسخ و مثال‌زدنی به یاری یکدیگر شتافته و در همه بحران‌های سخت نظامی و اقتصادی، پشتیبان هم بودند. حدیث مشهور «يَدُ اللَّهِ مَعَ الْجَمَاعَةِ» حکایت از همین نکته دارد که لطف و عنایت خداوند همواره شامل این افراد خواهد داشت.

شایسته است در پایان به این نکته مهم اشاره کنیم که بنا بر آیه بالا، مفاهیمی چون هم‌بستگی، مشارکت و همکاری تنها زمانی ارزش‌مند است که برای کارهای خداپسندانه باشد؛ نه اینکه در مسیر گناه باشد.

موضوع ۷۱: امانت‌داری و خوش‌عهدی

وَ الَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ

و آنها که امانتها و عهد خود را رعایت می‌کنند؛

(مؤمنون، ۸)

اعتماد، بزرگ‌ترین سرمایه جامعه است و اگر در اجتماع، اعتماد مردم به یکدیگر از بین برود، نسبت‌های ایمانی و میهنی نیز پایدار نخواهد بود. از این رو، امانت‌داری اهمیت دو چندان می‌یابد؛ زیرا هم موجب افزایش حس اعتماد در بین مردم و هم سبب شکوفایی مظاهر دینداری و احساسات معنوی و حفظ نفس از وسوسه‌های دنیوی می‌گردد.

امانت‌داری و خوش‌قولی دو خصلت نیکو هستند که سبب تحکیم بنیان‌های اجتماعی می‌شود. به همین دلیل، در آیات قرآن نیز این دو خصلت در کنار یکدیگر ذکر شده است. خداوند نسبت به امانت و ادای آن تاکید کرده و فرموده است: **إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا؛** به راستی که خداوند شما را امر می‌کند تا امانت‌ها را به اهل آن بازگردانید. (نساء، آیه ۵۸) این خصلت نیکو بود که سبب محبوبیت پیامبر گرامی اسلام میان مشرکان پیش از بعثت شده بود تا جایی که وی را به «محمد امین» می‌شناختند و مردم اشیای گرانبهای خود را نزد آن حضرت به امانت می‌سپردند. اهمیت این موضوع و نقش آن در اعتمادسازی اجتماعی و پرورش فضایل فردی به حدی است که در حساس‌ترین لحظات حیات پربرکت آن حضرت نیز نمایان گشته بود. امیر مؤمنان فرمود: **سوگند می‌خورم که لحظه‌ای قبل از وفات پیامبر صلی الله علیه و آله سه بار از او شنیدم که فرمود: «سوگند می‌خورم که لحظه‌ای قبل از وفات پیامبر صلی الله علیه و آله سه بار از او شنیدم که فرمود: ای علی! امانت را به نیکوکار و بدکار پس بده، کم باشد یا زیاد، حتی نخ و سوزن.»**

پایبندی به قول و قرار نیز بسیار مهم است. امام صادق(ع) می‌فرماید: **وعده مؤمن به برادر مؤمن خویش، نذری است که کفاره ندارد.** از این حدیث می‌فهمیم که این خصلت نیکو چقدر در کاهش پرونده‌های حقوقی و کیفری و بروز اختلافات اجتماعی اثرگذار است.

هر کس که درست قول و پیمان باشد او را چه غم از شحنه و سلطان باشد

خداوند بزرگ در قرآن کریم، خود را با وفاترین می‌شمارد و می‌فرماید: **«وَمَنْ أَوْفَىٰ بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ؛** چه کسی به پیمانش پای بندتر از خداست. (توبه: ۱۱۱) آن گاه بندگان مؤمن خود را نیز به وفاداری و پای بندی به تعهداتشان فرا می‌خواند و از نقض عهد و بی‌وفایی بازمی‌دارد. خداوند در آیه‌ای با بیان نشانه‌های خردمندان حق جو بیش از هر چیز، وفای به عهد و پیمان را گوشزد می‌کند: **«الَّذِينَ يُؤْفُونَ بِعَهْدِ اللَّهِ وَ لَا يَنْقُضُونَ الْمِيثَاقَ؛** آنها کسانی هستند که به عهد الهی وفا می‌کنند و پیمان را نمی‌شکنند. (رعد: ۲۰)

وفای به عهد به قدری دارای اهمیت است که جزء ضروری‌ترین شروط برای دوستی و همراهی با دیگران دانسته شده است. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «لَا تَعْتَمِدْ عَلَى مَوَدَّةٍ مَنْ لَا يُوفِي بَعْهَدِهِ؛ بر دوستی کسی که به عهد و پیمان خود وفا نمی‌کند، اعتماد مکن.» رسول خدا - صلی الله علیه و آله - فرمود: «چهار خصلت است که اگر در کسی باشد، منافق است و اگر یکی از آنها در او باشد، صفتی از نفاق در دل او جای دارد، تا اینکه آن یک خصلت را هم ترک گوید: ۱ - کسی که هر گاه سخن گوید، دروغ بگوید. ۲ - هر گاه وعده دهد، از آن تخلف نماید. ۳ - هر گاه (در قبال کاری) متعهد گردد، نیرنگ کند. ۴ - و کسی که هر گاه با دیگری درافتد، ناسزا گوید.» قرآن کریم نیز، بدقولی را رفتار منافقان دانسته و مؤمنانی که به عهد خود پای‌بند نباشند را مشمول خشم الهی معرفی کرده است. (صف، ۳)

پیر پیمانه کش من که روانش خوش باد پرهیز کن از صحبت پیمان شکنان

نعمت‌های خدا هیچگاه بی قید و شرط نیست، در کنار هر نعمتی مسئولیتی قرار دارد و شرطی نهفته است. به همین دلیل، قرآن مجید، دستور می‌دهد تا به عهد و پیمان خود پیوسته وفادار باشیم و بدانیم که در برابر خدا مسئولیم: «وَأَوْفُوا بِالْعَهْدِ إِنَّ الْعَهْدَ كَانَ مَسْئُولًا؛ و به پیمان (خود) وفا کنید؛ [چرا] که پیمان مورد پرسش قرار می‌گیرد.» (اسراء: ۳۴)

باید توجه داشت که وفای به عهد و امانت داری، فقط در امور اجتماعی محدود نمی‌شود؛ بلکه مصادیق عمومی‌تری مانند عهد با خدا و پیامبر و امامان و رهبران دینی و حتی عهد بستن با خویشان و هم‌چنین حفظ و ادای امانت‌های الهی نیز دارد. تربیت‌یافتگان مکتب قرآن نیک می‌دانند که در قرآن کریم، تا چه اندازه به یادآوری این عهدها تأکید شده است. برای نمونه در آیه ۱۵۲ سوره انعام می‌فرماید: «وَبِعَهْدِ اللَّهِ أَوْفُوا ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ؛ به عهد الهی وفا کنید. این چیزی است که خداوند شما را به آن سفارش کرده است تا متذکر شوید.» (انعام: ۱۵۲) در آیه ۴۰ سوره بقره نیز خطاب به قوم یهود تعبیر جالبی از سوی خداوند آمده است که نشان از اهمیت وفای به عهد دارد. خداوند در این آیه می‌فرماید: «أَوْفُوا بِعَهْدِي أَوْفِ بِعَهْدِكُمْ؛ به عهد و پیمان من عمل کنید تا من نیز به عهد با شما پایبند باشم.» مقصود از پایبندی خداوند به عهد خود در این آیه، ورود آنان به بهشت است؛ یعنی اگر آنان به پیمان‌های دنی خود وفادار باشند، خدا هم وعده بهشت خود را عملی خواهد کرد. آری انسان امانت‌دار و وفادار کسی است که نخست امانت بزرگ‌ترین امانت در دستش؛ یعنی همان روح و جانش را به درستی حفظ کرده و به ندای عهد درونش پایبند باشد؛ ندایی که او را به وفاداری عهد و پیمان فطری با خداوند می‌خواند:

کجا شد عهد و پیمان را چه کردی؟ امانت‌های چون جان را چه کردی؟

موضوع ۷۲: گذشت و کنترل خشم

... وَ الْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

و خشم خود را فرو می‌برند؛ و از خطای مردم درمی‌گذرند؛ و خدا نیکوکاران را دوست دارد.

(آل عمران، ۱۳۴)

یکی از اساسی‌ترین ارزش‌ها و مکارم اخلاقی در زندگی اجتماعی و روابط انسان‌ها، گذشت از خطاهای دیگران و پذیرش عذر آنان است. این ویژگی می‌تواند سبب استحکام روابط اجتماعی و غلبه بر سرکشی‌های درونی نفس و تکبر و بزرگ‌بینی باشد.

قرآن کریم در امور شخصی، همواره عفو و گذشت را بهتر از انتقام می‌داند. در آیه ۲۳۷ سوره بقره می‌خوانیم: «وَ أَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ؛ و اینکه ببخشید به تقوا نزدیک‌تر است.» این مطلب در آیه ۴۰ سوره شوری نیز به این صورت منعکس شده است: «وَ جَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ؛ و مجازات هر بدیی، مانند همان است؛ پس اگر کسی عفو کند و اصلاح نماید، پاداش او بر عهده خداست.»

یکی از زیباترین تعابیر قرآن برای تشویق بندگان به عفو و گذشت، این است که پیوسته آنان را به یاد خطاها و گناهان خود در پیشگاه خداوند انداخته و می‌گوید: اگر دوست دارید خدا از خطای شما را درگذرد، شما نیز با دیگران چنین کنید: «وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ؛ آن‌ها باید عفو کنند و چشم‌پوشند، آیا دوست ندارید خداوند شما را ببخشد؟ و خداوند آمرزنده و مهربان است.»

خوب است در اینجا به این نکته هم اشاره کنیم که عفو و گذشت چند مرحله دارد و دستیابی به مراتب بالای آن بسیار بهتر و اثرگذار است. مرحله اول، آن است که خطای دیگری را ببخشیم و مقابله به مثل و قصاص و انتقام و مانند آن صرف نظر کنیم. مرحله بالاتر آن است که علاوه بر انتقام نگرفتن، از ملامت و سرزنش کردن نیز خودداری کنیم و بهترین مرحله آن است که اصلاً خطای فرد مقابل را نادیده گرفته و از آن چشم‌پوشی کرده و به کلی آن را فراموش کنیم؛ آن چنان که خدا نیز با ما چنین می‌کند. این سه مرحله - که از آن به «عفو» و «صفح» و «غفران» یاد می‌شود، در آیه ۱۴ سوره تغابن منعکس شده است: «وَ إِنْ تَعَفُّوا وَ تَصْفَحُوا وَ تَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ؛ و اگر عفو نمایید و چشم‌پوشی کنید و ببخشایید، مسلماً خداوند آمرزنده و مهربان است.»

به همین خاطر است که در روایات توصیه شده تا مؤمن حتی اگر عذر برادر دینی‌اش، بی‌پایه و اساس بود، باز هم آن را پذیرفته و به رویش نیاورد؛ بلکه حتی برایش عذر و بهانه بترشد. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: عذر برادر دینی‌ات را بپذیر و اگر برای خطای خود عذری نداشت تو برای او عذری بتراش. به این کار در مباحث تربیتی، «تغافل» گفته می‌شود. پیامبر اسلام (ص) می‌فرماید: «المؤمن نصفه تغافل؛ نیمی از رفتار مؤمن، مبنی بر تغافل و نادیده گرفتن است.»

کنترل خشم در هنگام عصبانیت و گذشت و بخشش، شجاعت زیادی می‌خواهد. قهرمانان و زورآوران زیادی در این میدان شکست خورده‌اند؛ کسانی که تحمل مقابله با آتش غضب نفس خود را نداشته و در هنگام عصبانیت دست به کارهایی می‌زنند که عاقبت وخیمی برای خود و دیگران به بار می‌آورد. از همین رو امام حسین (ع) می‌فرماید: «ان اعفی الناس من عفی عن قدرته؛ با گذشت‌ترین مردم آن کسی است که با داشتن قدرت، عفو و اغماض داشته باشد.» (بحار، ج ۷۸، ص ۱۲۱) خشم، لشکر عظیم شیطان است؛ مخصوصاً هنگام شدت گرفتن غضب که به آن «غیظ» می‌گویند. معروف است که بزرگی انسان‌ها را به هنگام خشم و عصبانیتشان بیازماید. انسان‌های بزرگ در این لحظات، از تصمیم گرفتن خودداری می‌کنند. در آن موقع، انسان کارهایی می‌کند که چند دقیقه بعدش پشیمان می‌شود. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «إِيَّاكَ وَالْغَضَبَ فَأَوَّلُهُ جُنُونٌ وَ آخِرُهُ نَدَمٌ؛ مراقب باشید خشمگین نشوید، چرا که با دیوانگی آغاز می‌شود و آخر آن پشیمانی است.»

برخی فکر می‌کنند گذشت، سبب موجب گستاخی و جری‌تر شدن فرد مقابل می‌شود و باید مردم را با اشتباهاتشان تنبیه کرد تا دوباره مرتکب اشتباه نشوند. این افراد حتی طاقت مشاهده و درک گذشت و بخشش دیگران را هم ندارند و آنان را سرزنش می‌کنند. این توجیهاات چندان صحیح نیست. هر چند گاهی باید خطای فرد مقابل را گوشزد کرده و او را ارشاد و راهنمایی کرد؛ اما خود بخشیدن، یکی از بهترین راه‌های تذکر و خیرخواهی است.

بخشیدن ابزاری برای تغییر آینده است؛ نه سرپوشی برای خطای گذشته.

موضوع ۷۳: محبت و مهربانی

وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ

هرگز نیکی و بدی یکسان نیست؛ بدی را با نیکی دفع کن، ناگاه (خواهی دید) همان کس که میان تو و او دشمنی است، گویی

دوستی گرم و صمیمی است!

(فصلت، ۳۴)

همه ما در زندگی به افرادی بر می‌خوریم که نوع رفتار و برخوردشان آزاردهنده است. هر بار که آن‌ها را دیده‌ایم، با زبان و طعنه یا نگاه و رفتارشان به روحیه ما آسیب زده‌اند. بسیاری از دعوای خیابانی و مشاجرات و اختلافات خانوادگی به همین خاطر است که ما راه مقابله با بدی دیگران را بلد نیستیم. یا برای اینکه حساب فرد بی‌ادب و زورگو را کف دستش بگذاریم، آن قدر از کوره در می‌رویم که رفتارهای غیرمعمول از ما سر می‌زند و یا برای کنترل خودمان، آن قدر خودخوری می‌کنیم که باعث می‌شود تا دچار افسردگی و افکار منفی و مزاحم بشویم و یا به کلی، رابطه خود را با آن فرد قطع می‌کنیم که آن هم اشتباه است. پس آدم‌های موفق در روابط این‌چنینی چه کار می‌کنند که هم از خشم و هیجان و کارهای عجولانه دور باشند و هم کاری کنند که به شخصیتشان لطمه نخورد؟ این یک مهارت است که در آیه بالا و برخی دیگر از آیات قرآن به درستی بیان شده است؛ یعنی بدی را با بهترین شیوه پاسخ بدهیم تا بیشترین تأثیر را از آن گرفته و دشمنی به دوستی پایدار و کنترل‌شده تبدیل شود. بی‌گمان عمل به این آیه، بسیاری از اختلافات اجتماعی و کینه و کدورت‌های بی‌مورد را برطرف خواهد ساخت. سیره تبلیغی پیشوایان دینی، پر از مواردی است که به جهت حلم و مدارا و رفتار حساب‌شده با بدرفتاری‌ها، قلب مخالفان خود را تسخیر کرده و آنان را شیفته خود نموده‌اند. ما در این گفتار تلاش می‌کنیم تا به برخی از اصول و مهارت‌های رابطه مؤثر از نظر قرآن اشاره کنیم:

۱- **حساب‌شده عمل کنید:** اولین برای موفقیت در ارتباطات اجتماعی، این است که بر هیجانات روحی و اعصاب خود مسلط باشید و حساب‌شده و با فکر عمل کنید. واکنش شما به رفتار بد دیگران باید به گونه‌ای باشد که نمایانگر شخصیت شما باشد. بدانید که رفتار دیگران، هیچ وقت از شأن شما کم نمی‌کند؛ بلکه این رفتار خودتان هست که معیار ارزش‌گذاری شخصیت شما خواهد بود؛ پس به شخصیت خودتان و آرمان‌هایتان احترام بگذارید. به این آیه زیبا توجه کنید: «وَ إِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ وَقَالُوا لَنَا أَعْمَالُنَا وَ لَكُمْ أَعْمَالُكُمْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ لَا نَبْتَغِي الْجَاهِلِينَ؛ و چون سخن بیهوده‌ای (مانند مسخره و فحش و غیبت و هتاک) بشنوند، از آن روی برتابند و (با زبان حال) گویند: عمل‌های ما از آن ما و عمل‌های شما از آن شما، سلام بر شما، ما نادان‌ها را (به دوستی و رفاقت) نمی‌طلبیم.» در این آیه هم بیان می‌شود که مؤمنان در مقابله با رفتارهای بد، هم خودشان را کنترل می‌کنند و هم مقابله به مثل نمی‌کنند و هم آرمان و مرزبندی خود را با رفتار بد اعلام می‌دارند.

۲- هر رفتاری، راه مقابله خودش را دارد: این منطبق که «با هر کس باید مثل خودش رفتار کرد.» غلط است؛ پس آن را کنار بگذارید. به جایش با خودتان بگویید: «با هر کس باید به شیوه مخصوصی رفتار کرد»؛ یعنی همه رفتارهای بد، یک راه حل ندارد. پس باید بهترین راه مقابله با هر رفتار بدی را اول بشناسیم و بعد، همان گونه عمل کنیم. به عنوان مثال، اگر کسی به شما ناسزا گفت، راه مقابله با آن، نثار کردن فحش و ناسزای بدتر به او نیست؛ بلکه سکوت معنادار است. یا اینکه اگر کسی همیشه به شما کم محلی می کند، بهترین راه این است که تا مدتی با وی، سرد و کنترل شده رفتار کنید؛ نه اینکه قهر کنید یا به دست و پایش بیفتید. معنای دقیق آیه بالا هم همین مطلب است؛ یعنی بدی را بهترین شیوه پاسخ بده.

۳- جواب ابلهان البته خاموشی است: شما هیچ گاه نخواهید توانست همه انسانها را اصلاح کنید. برخی آدمها اصولاً معیار تفکر نادرستی دارند و منظم فکر نمی کنند یا اختلال شخصیتی دارند و هزار جور مشکلات روحی و روانی. از آن دسته آدمهایی نباشید که باید حرفشان را به کرسی بنشانند و برای این کار ساعتها وقت می گذارند. کارهای مهم تری هم هست. خاموشی بهترین پاسخ برای مجادلات لفظی جاهلانه است. قرآن کریم می فرماید: «أَفَأَنْتَ تُسْمِعُ الصُّمَّ وَكُلُّ كَاثِرًا لَا يَعْقِلُونَ؛ آیا می توانی سخن خود را به گوش کران برسانی هر چند نفهمند؟» (یونس، ۴۲)

۵- مهم تر از رابطه، مدیریت آن است: این خود ما هستیم که به مردم می آموزیم که چطور با ما رفتار کنند. با همه رابطه داشته باشید، ولی رابطه با هر کس را بر اساس ظرفیت و طرز فکرش مدیریت کنید. گذشته را ببخشید، ولی فراموش نکنید. نگذارید با بخشیدن و گذشت کردن، دوباره همان رابطه بی در و پیکر که منجر به شکستن حریمها شده بود، تکرار شود. از یک سوراخ دو بار گزیده نشوید. با هوش باشید. طرفتان را بشناسید، علایقش را بشناسید، حساسیت هایش را بشناسید، رفتارهایش را پیش بینی کنید تا همیشه رابطه شما به بهترین شکل اداره شود.

۵- از محبت خارها گل می شود: گل همیشه معطر است؛ حتی اگر در مرداب باشد. افراد مهربان هم مثل گل هستند؛ با بدرفتاری دیگران، خاصیت خوب بودن و مهرورزی خودشان را از دست نمی دهند. محبت، نقش معجزه دارد. یادتان باشد شر با شر خاموش نمی شود؛ چنان که آتش با آتش؛ بلکه شر را خیر فرو می نشاند و آتش را آب. محبت معجزه می کند؛ چنان که در انتهای آیه بالا هم به این نقش مهم اشاره شده است. امام علی (ع) فرمود: «مَنْ أَحْسَنَ إِلَى مَنْ أَسَاءَ إِلَيْهِ فَقَدْ أَخَذَ بِجَوَامِعِ الْفَضْلِ؛ هر کس به آن کس که به او بدی کرده، احسان کند، همه ی فضائل اخلاقی را در خود جمع کرده است.»

موضوع ۷۴: تواضع و فروتنی

وَ عِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا

بندگان (خاص خداوند) رحمان، کسانی هستند که با آرامش و بی تکبر بر زمین راه می‌روند؛ و هنگامی که جاهلان آنها را مخاطب سازند (و سخنان نابخردانه گویند)، به آنها سلام می‌گویند (و با بی‌اعتنایی و بزرگواری می‌گذرند)

(فرقان، ۶۳)

تواضع و فروتنی، یکی از موضوعات اخلاق اسلامی است که سرچشمه خصلت‌های نیکوی دیگری هم هست. لازمه تواضع، این است که فرد خودش را بالاتر از دیگران نبیند و با همه محترمانه و با کرامت رفتار کند. از ویژگی‌های خصلت تواضع، این است که سبب حسادت دیگران نمی‌شود؛ چنانکه از امام حسن عسکری (ع) نقل است که فرمود: «تواضع، نعمتی است که سبب حسادت دیگران نمی‌شود.»

ریشه تواضع، پاکی و صفای درونی است، ولی در رفتار برونی افراد نیز نمایان است. در آیه بالا به نمونه‌های رفتار متواضعان اشاره شده که در راه رفتن، با آرامش و بی تکبر راه رفته و به هنگام مواجهه با توهین و سخن زشت دیگران، برافروخته نمی‌شوند.

در روایات اسلامی بر این نکته تأکید زیادی شده است که فروتنی، مایه سربلندی و سرافرازی انسان در نظر دیگران است. پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله در این باره می‌فرماید: «مسلماً فروتنی مقام و رتبه صاحبش را بالا می‌برد؛ پس تواضع پیشه کنید تا خداوند شما را والاتر گرداند.» امیرالمؤمنین علی (ع) هم می‌فرماید: «تواضع، جامه بزرگواری و وقار بر تن توست.»

تو آن که شوی پیش مردم عزیز که مر خویشتن را نگیری به چیز

تواضع و فروتنی اهمیت خاصی در اخلاق اسلامی دارد تا آنجا که خداوند به پیامبرش امر می‌فرماید: «وَ اخْفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ؛ [ای رسول من!] پر و بال رحمت [را] بر تمام پیروان با ایمانت به تواضع بگستران.» (شعراء: ۲۱۵) این سفارش به پیامبری است که گل سربسب هستی و بزرگ‌ترین مخلوق خداوند است.

اساساً خود این فروتنی، این خود، از رمزهای موفقیت آن حضرت در پیشبرد اهداف مقدسش و جذب افراد به سوی دین اسلام بود. ائمه معصوم علیهم السلام نیز، اسوه فروتنی بوده‌اند. با دقت در سیره زندگی آنها، این خصلت به خوبی دیده می‌شود. چنان که حضرت علی (ع) را به خاطر شدت تواضعش، «ابوتراب» یعنی پدر خاک، انسان خاکی، لقب داده‌اند.

یکی از مهم‌ترین آیات قرآن در اهمیت تواضع، آیه ۸۳ سوره قصص است که خداوند می‌فرماید: «تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فُسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ؛ آن سرای [پرارزش] آخرت را [فقط] برای کسانی

قرار می‌دهیم که در زمین هیچ برتری و تسلط و هیچ فسادى را نمی‌خواهند؛ و سرانجام [نیک] برای پرهیزکاران است.»
بر اساس این آیه، هرگونه برتری طلبی، ممنوع و موجب محرومیت از نعمت‌های آخرت است.

در حدیثی از امیر مؤمنان علی ع می‌خوانیم: «گاه می‌شود که انسان از این لذت می‌برد که بند کفش او از بند کفش دوستش بهتر باشد و به خاطر همین، داخل این آیه می‌شود.» شاید به همین جهت است که بنا بر نقل یکی از اصحاب، هنگامی که امام صادق ع این آیه را تلاوت نمود، شروع به گریه کرد و فرمود: «با وجود این آیه همه آرزوها بر باد رفته است. [و دسترسی به سرای آخرت مشکل است!]

چه بسیارند کسانی که در تهیه مسکن، ماشین، لباس و جواهر زینتی کاری می‌کنند که در جمع دیگران و محله و فامیل نمودی داشته باشند و دیگران متوجه ثروت و دارایی آنان شوند.

یا افرادی که به مدرک و دانش علمی خود افتخار کرده و چنان با آب و تاب از تخصص خود سخن گفته و از خود تعریف می‌کنند که گویا هیچ نکته مجهولی برایشان باقی نمانده و قله‌های علم را فتح کرده‌اند.

اصولاً هر نوع فخرفروشی محکوم و قارونی است. اگر می‌خواهید عاقبت زشت این فخرفروشی را ببینید، به ماجرای قارون در پایان سوره قصص مراجعه کنید. امام علی (ع) به هنگام خلافت ظاهری شخصاً در بازارها قدم می‌زد، گم شده‌ها را راهنمایی می‌کرد، ضعیفان را کمک می‌نمود و از کنار فروشندگان و کسبه رد می‌شد و این آیه را برای آنها می‌خواند؛ سپس می‌فرمود: «این آیه در باره زمامداران عادل و متواضع و هم‌چنین سایر قدرتمندان از توده‌های مردم نازل شده است.»

هر دانه ای که خاک نشین گشت، خرمن است انسان، یکی هزار شود از فتادگی

موضوع ۷۵: تذکر و خیرخواهی

ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ

با حکمت و پند نیکو به سوی راه پروردگارت بخوان و با آنان به بهترین روش مجادله کن

(نحل، ۳۵)

اگر انسان‌های شایسته با آداب و شرایط لازم به خیرخواهی مردم پردازند و آنها هم بدون شائبه، نصیحت خیرخواهان را بکار بندند، خیر و سلامت جامعه را فرامی‌گیرد و شرّ و پلیدی از آن رخت برمی‌بندد؛ کاستی‌ها به تکامل، فقر به غنا، وحشت به امنیت، کینه‌توزی به محبت، ضعف به قدرت تبدیل می‌شود و نارسایی‌ها جبران می‌گردد و استعداد‌های خفته شکوفا می‌شود. در روایات اسلامی به برخی از آثار گرانقدر خیرخواهی اشاره شده است. امیرمؤمنان صلوات الله علیه، اجتماعی را که فاقد «نصیحت گر» و «نصیحت‌پذیر» باشد، فاقد خیر و نیکی می‌داند: «لَا خَيْرَ فِي قَوْمٍ لَيْسُوا بِنَاصِحِينَ وَلَا يُجِبُونَ النَّاصِحِينَ؛ در مردمی که ناصح نباشد و ناصحان را دوست نداشته باشند، خیری نیست.»

اهمیت این نحوه از خیرخواهی به حدی است که در روایات تاکید شده دانشمندان و آگاهان اگر از خیرخواهی امتناع ورزند و دیگران را راهنمایی نکنند، خیانت پیشه کرده‌اند. قرآن یکی از صفات مؤمنان شایسته را تذکر و خیرخواهی می‌داند. این خصیلت در ادبیات دینی با واژه‌هایی چون موعظه، تذکر، امر به معروف و نهی از منکر و ارشاد و مانند آن آمده است.

اگر انسان‌های شایسته با آداب و شرایط لازم به خیرخواهی مردم پردازند و آنها هم بدون شائبه، نصیحت خیرخواهان را بکار بندند، خیر و سلامت جامعه را فرامی‌گیرد و شرّ و پلیدی از آن رخت برمی‌بندد؛ کاستی‌ها به تکامل، فقر به غنا، وحشت به امنیت، کینه‌توزی به محبت، ضعف به قدرت تبدیل می‌شود و نارسایی‌ها جبران می‌گردد و استعداد‌های خفته شکوفا می‌شود.

در روایات متعدد اسلامی به اهمیت خیرخواهی اشاره شده است. رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله فرمود: «دین، یعنی خیرخواهی.» پرسیدند: «برای چه کسی؟» فرمود: «برای خدا، پیامبرش، پیشوایان دین و انبوه مسلمانان.» هم‌چنین امام علی (ع) می‌فرماید: «محبت، ثمره خیرخواهی است.» امام باقر نیز می‌فرماید: «يَجِبُ لِلْمُؤْمِنِ عَلَى الْمُؤْمِنِ النَّصِيحَةُ؛ خیرخواهی مؤمن بر مؤمن، واجب است.»

آیات مربوط به خیرخواهی در قرآن کریم زیاد است. مهم‌ترین این آیات عبارت است از: آیه ۷۱ سوره توبه که امر به معروف را وظیفه همگانی مؤمنان می‌داند. پیامبران الهی همگی بر خیرخواهی و دلسوزی خود نسبت به امت خود تصریح می‌کردند. در آیه ۶۸ سوره اعراف از زبان حضرت هود آمده است: «أَبْلَغُكُمْ رَسُولَاتِ رَبِّي وَأَنَا لَكُمْ نَاصِحٌ أَمِينٌ؛ من پیام‌های پروردگارم را به شما می‌رسانم و برای شما خیرخواهی امینم.»

اگر اجتماع انسانی را یک پیکره واحد بدانیم که نزول یا تعالی یکی از اعضاء آن در بقیه هم تأثیرگذار است، پس خیرخواهی به معنای سرک کشیدن به زندگی افراد و مداخله نیست؛ بلکه تلاش برای تعامل بهتر و اثرگذارتر در اجتماع است.

شایان ذکر است که موعظه و خیرخواهی اصول و ابزارهایی دارد که بی توجهی به آن ممکن است آثار نامطلوب و مخربی بر روابط اجتماعی بگذارد. بخش زیادی از آیات قرآن، به ویژه آیات مربوط به قصص انبیاء دربردارنده این راه کارهاست.

در این میان باید توجه داشت که در برنامه‌های اصلاح‌گرایانه همانند انبیاء، نخست باید از خود و وابستگانمان آغاز کنیم. به عبارت دیگر، نخستین و مهم‌ترین گام در پنددهی، شروع از خود است؛ زیرا گفتار بدون عمل، جامعه را دچار بدبینی، پریشانی و اضطراب کرده و اعتماد را که از سرمایه‌های اساسی جامعه است، از میان می‌برد. بر همین اساس، خدای متعال مؤمنان را از گفتار بدون کردار نهی فرموده و آن را شایسته جامعه دینی نمی‌داند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ؟ اَيُّ مَؤْمِنَانِ! چَرا چیزی را می‌گویید که خود عمل نمی‌کنید؟» (صف، ۲) پنددهنده، باید نمونه‌ای علمی، از اندرز خویش باشد. تنها در این صورت، سخن از جان برخاسته و ناگزیر بر دل می‌نشیند. امام صادق در این زمینه می‌فرماید: «كُونُوا دُعَاةَ النَّاسِ بِأَعْمَالِكُمْ لَا دُعَاةَ بِالْسَبِّتِكُمْ؛ مردم را با کردارتان دعوت کنید؛ نه با زبان‌هایتان)

| | |
|----------------------------|----------------------------|
| دماغ مرا تازه گردید هوش | چو دل‌داری خضرم آمد به گوش |
| سخن کز دل آید، بود دل‌پذیر | پذیرا سخن بود شد جایگیر |

وَذَكَرْ فَإِنَّ الذِّكْرَ تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ

و پیوسته تذکر ده، زیرا تذکر مؤمنان را سود می‌بخشد.

(ذاریات، ۵۵)

در گفتار پیشین اشاره کردیم که یکی از راهکارهایی که می‌تواند جامعه بشری را به کمال برساند، گسترش و نهادینه شدن فرهنگ پنددهی و پندپذیری است.

از امام جواد (ع) در این زمینه یک حدیث ناب و بسیار پرمفهوم نقل شده است که فرمود: «الْمُؤْمِنُ يَحْتَاجُ إِلَى ثَلَاثِ خِصَالٍ: تَوْفِيقٍ مِنَ اللَّهِ، وَ وَاعِظٍ مِنْ نَفْسِهِ وَ قَبُولٍ مِمَّنْ يَنْصَحُهُ؛ مؤمن نیازمند سه خصلت است: توفیق از سوی خداوند، واعظی از درون خود، پذیرش نسبت به کسی که او را پند می‌دهد.» بنا براین حدیث، خودسازی و اصلاح در گرو این است که اولاً رابطه خود و خدایمان را اصلاح کرده و از او کسب توفیق کنیم؛ ثانیاً عقل و وجدان خود را به کار انداخته و پیوسته خود را حسابرسی و مراقبت کنیم و ثالثاً کسی باشد که ما را موعظه و پند دهد. شاهد مطلب ما همان عامل دوم است. بیداری فطرت و وجدان، نقش عمده‌ای در اصلاح نفس دارد. به عبارت دیگر، کسی که از درون خود، واعظ و پند دهنده‌ای نداشته باشد، اندرزهای دیگران نیز چندان سودی به او نمی‌رساند.

در توفیق شود باز به رخسار کسی کز ته دل، سخن اهل حقیقت شنود

همین عامل، یعنی پندناپذیری، به تدریج موجب نابودی و هلاکت امت‌ها می‌شود؛ آن‌چنان که قوم صالح را به هلاکت رسانید: «فَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا قَوْمِ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رِسَالَاتِ رَبِّي وَ نَصَحْتُ لَكُمْ وَ لَكِنْ لَا تُحِبُّونَ النَّاصِحِينَ؛ پس صالح از ایشان روی گرداند و فرمود: ای قوم من به تحقیق پیغام پروردگارم را به شما ابلاغ نمودم و شما را نصیحت و خیر خواهی کردم اما شما خیر خواهان را دوست نمی‌دارید» (اعراف، ۷۹)

بیشتر افرادی که پندپذیر نیستند، مغرور هستند. افراد مغرور گوش شنوایی برای ارشاد و راهنمایی شدن توسط دیگران ندارند و همواره با دیده تحقیر به دیگران نگاه می‌کنند. با نگاهی اجمالی به آیات قرآن در سرگذشت انبیاء، این خصلت در کافران و مستکبران به وفور دیده می‌شود که به انبیاء با دیده تحقیر نگاه کرده و آنان را مورد تمسخر قرار می‌دادند که چگونه ممکن است خدا رسالتش را به آنان داده باشد؟! این یکی از صفات منافقان هم هست. در آیه .. سوره بقره درباره صفات منافقان می‌خوانیم: «وَ إِذَا قِيلَ لَهُ اتَّقِ اللَّهَ أَخَذَتْهُ الْعِزَّةُ بِالْإِثْمِ فَحَسْبُهُ جَهَنَّمُ وَ كَبِئْسَ الْمِهَادُ؛ و چون به او گویند: از خدا پروا کن، غرور و سرسختی و تعصب و لجاجت، او را به گناه وا می‌دارد؛ پس دوزخ او را بس است، و یقیناً بد جایگاهی است.» (بقره، ۲۰۶) امام مجتبی (ع) در این باره فرمود: «میان شما و موعظه و پندپذیری، پرده غروری قرار دارد، از عبرت‌ها و پندها، سود ببرید.»

خوب است به این نکته هم اشاره شود که در پندگیری لازم نیست حتماً انسان از شخص خاصی پند گیرد؛ بلکه گاه دیدن صحنه‌ای، موجب پنددهی می‌گردد و مسیر زندگی انسان را دگرگون می‌سازد. امیر مؤمنان علی (ع) می‌فرماید: «مَنْ كَانَتْ لَهُ فِكْرَةٌ فِي كُلِّ شَيْءٍ عِبْرَةٌ؛ هر که را خردی است، وی را در هر چیز، پندی است.»

نیست پیش تو خبر، ورنه ز هر ذره خاک گوشِ معنی طلب، اسرارِ حقیقت شنود

موضوع ۷۷: انصاف و عدالت محوری

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ عَلَىٰ أَلَّا تَعْدِلُوا
اعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! همواره برای خدا قیام کنید، و از روی عدالت، گواهی دهید! دشمنی با جمعیتی، شما را به گناه و ترک عدالت نکشاند! عدالت کنید، که به پرهیزگاری نزدیکتر است! و از (معصیت) خدا پرهیزید، که از آنچه انجام می‌دهید، با خبر است!

(مائده، ۸)

انصاف از زیباترین خصلت‌های اخلاقی و از ویژگی‌های اهل ایمان است. انصاف به معنای اقرار به حقوق دیگران و ادای آن‌ها و به معنای قسط و عدل پسندیده برای دیگران، همانند آنچه را که برای خود می‌پسندد.

انصاف دارای انواع و اقسام متعددی است از جمله انصاف در سخن، انصاف در عمل، انصاف در قضاوت، انصاف در معامله و ... که رعایت آن بسیار سخت و دشوار است و به همین دلیل، بارها توسط امیر مؤمنان علی (ع) (ع) برترین ارزش دانسته شده است.

پیامبر اکرم (ص) در سفارش به امام علی (ع) فرموده است: «سه چیز سرور اعمال هستند: انصاف، مواسات و ذکر خدا.» واقعیت این است که اگر کسی این سه صفت را در خود، پیاده کند، جلوه ایمانش بروز و ظهور بیشتری دارد. به همین خاطر در حدیثی از امام صادق (ع) از این سه خصلت به سخت‌ترین تکالیف الهی بر بندگان یاد کرده و فرموده است: «سخت‌ترین تکالیف الهی بر بندگان سه چیز است: اول، رعایت انصاف میان خود و دیگران؛ به طوری که چنان با برادر مسلمانش رفتار کند که دوست دارد او با وی چنان رفتاری داشته باشد؛ دوم، مساوات در مال نسبت به برادر دینی خود؛ سوم در هر حال به یاد خدا باشد. البته مقصود از یاد کردن خدا این نیست که پیوسته «سبحان الله و الحمد لله» بگوید؛ بلکه مقصود این است که اگر با کار حرامی مواجه شد خدا را در نظر بیاورد و آن کار را انجام ندهد.»

نبی مکرم اسلام (ص) چهار معیار را برای شبیه‌ترین افراد به وجود مبارکش ارائه داده که یکی از آن‌ها «انصاف» است.

متأسفانه امروزه شاهد کمرنگ شدن این خصلت نیکوی اخلاقی در جامعه هستیم. بسیاری از مردم به جای اینکه به دنبال رفع عیوب خود باشند، مدام در پی جست و جوی عیوب دیگران هستند. این گونه افراد مدام رفتار دیگران را زیر ذره بین قرار می‌دهند و روزانه چندین بار دیگران را قضاوت کرده و از دایره انصاف و عدالت خارج می‌شویم و توجهی به عواقب سوء آن نداریم؛ در حالی که اگر ما کمی به خودمان و عیوب خودمان بپردازیم، دیگر فرصتی برای عیب‌جویی نخواهیم داشت. ما نباید به دیدنی‌های ظاهری اکتفا کنیم و بر آن اساس زود قضاوت نماییم، بلکه باید به دنبال ادراکات حسی، عقل خود را نیز به کار بگیریم. بسیاری از مردم به جای اینکه به دنبال رفع عیوب خود باشند، مدام در پی جست و جوی عیوب دیگران هستند. این گونه افراد رفتار دیگران را زیر ذره بین قرار می‌دهند تا به محض مشاهده

کوچک‌ترین لغزش و یا اشتباهی، شروع به عیب‌جویی نمایند. این حالت از خودخواهی انسان سرچشمه می‌گیرد؛ یعنی چون انسان حب ذات دارد، نمی‌خواهد باور کند که آلوده است و دارای عیوب بسیاری است.

امیرالمومنین علی(ع) در تفسیر آیه «انَّ اللّٰهَ یَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَ الْاِحْسَانِ وَ اِیتَاءِ ذِی الْقُرْبٰی» (نحل، ۹۰) فرمود: «منظور از عدل در آیه، انصاف است.» بنابراین معنای عدالت و انصاف بسیار به هم نزدیک است و اساساً رعایت انصاف و بی‌طرفی زمینه ساز اجرای عدالت است.

آیه بالا یکی از برترین آیات درباره انصاف و عدالت محوری است. خداوند در این آیه مؤمنان را به برپایی قسط و داد دعوت کرده و از آنان می‌خواهد که حتی درباره مخالفان و دشمنان خود سخنی نگویند که از جاده انصاف خارج شده و مغرضانه باشد.

موضوع ۷۸: خوش بینی و حفظ حریم خصوصی دیگران

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا ...

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از بسیاری از گمانها پرهیزید، چرا که بعضی از گمانها گناه است؛ و هرگز (در کار دیگران)

تجسس نکنید

(حجرات، ۱۲)

تهمت ایمان و اعتماد یک جامعه را از بین می‌برد. به همین دلیل، از دیدگاه علمای اخلاق، تهمت و افترا از غیبت هم بدتر است؛ زیرا غیبت اظهار عیب واقعی یک شخص برای دیگران است؛ اما در تهمت، عیبی را که در واقع، شخص متهم ندارد، به او نسبت می‌دهند.

تهمت سلاح برنده‌ای بوده که دشمنان انبیاء و صالحان در طول تاریخ بارها آن را به کار گرفته و بدین وسیله اثرگذاری تبلیغ آنان را کاهش داده‌اند.

تهمت و بهتان گناه به صورت زبانی در آمده و گناه در ذهن می‌ماند که در هر دو صورت مذموم و ناپسند است. دین مبین اسلام به شدت با تهمت و بدبینی مخالفت کرده و حتی زمینه‌های گسترش آن را نکوهش کرده است. یکی از مهم‌ترین این زمینه‌ها، تجسس و عیبجویی است. اسلام از همه این زمینه‌ها نهی کرده و کی از آیات مرتبط با آن، آیه بالاست. آیات دیگری نیز درباره این موضوع وارد شده است. خداوند متعال در سوره نساء آیه ۱۱۲ می‌فرماید: «وَمَنْ يَكْسِبْ خَطِيئَةً أَوْ إِثْمًا ثُمَّ يَرْمِ بِهِ بَرِيئًا فَقَدِ احْتَمَلَ بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا؛ و هر کس خطا یا گناهی مرتکب شود، سپس آن را به بی‌گناهی نسبت دهد قطعاً بهتان و گناه آشکاری بر دوش کشیده است». هم‌چنین، در آیات ۲۳ و ۲۴ سوره مبارکه نور در این رابطه آمده است: «إِنَّ الَّذِينَ يَرْمُونَ الْمُحْصَنَاتِ الْعَافِيَّاتِ الْمُؤْمِنَاتِ لَعُنُوا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ (۲۳) يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ؛ بی‌گمان کسانی که به زنان پاکدامن بی‌خبر [از همه جا] و با ایمان نسبت زنا می‌دهند در دنیا و آخرت لعنت شده‌اند و برای آن‌ها عذابی سخت خواهد بود * در روزی که زبان و دست‌ها و پاهایشان بر ضد آنان برای آن‌چه انجام می‌دادند شهادت می‌دهند.»

در آیه ۵۸ سوره احزاب نیز خداوند متعال در این رابطه می‌فرماید: «وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدِ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا؛ و کسانی که مردان و زنان مؤمن را بی‌آنکه مرتکب [عمل زشتی] شده باشند آزار می‌رسانند قطعاً تهمت و گناهی آشکار به گردن گرفته‌اند.»

اما یکی از بهترین تعبیرها در آیه ۱۲ سوره نور آمده است: «لَوْلَا إِذْ سَمِعْتُمُوهُ ظَنَّ الْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بِأَنفُسِهِمْ خَيْرًا وَقَالُوا هَذَا إِفْكٌ مُّبِينٌ؛ چرا هنگامی که آن [بهتان] را شنیدید مردان و زنان مؤمن گمان نیک به خود نبردند و نگفتند این بهتانی آشکار است» در این آیه، جمله «چرا گمان خیر به خودشان نبردند»، تعبیر بسیار لطیفی است و اشاره دارد به این که مؤمنان باید همه اعضای جامعه خود را، که افراد مؤمنند، یکی بدانند و همگان را از خود حساب کنند و هرچه را

که درباره خود نمی‌پسندند، درباره آنان هم نپسندند؛ زیرا گمان بد بردن درباره دیگر مؤمنان را گمان بد درباره خودشان بر شمرده است. پس مؤمن همان‌طور که وضع خودش برای خودش روشن است، به خود گمان بد نمی‌برد و از حیثیت و آبروی خویش به سختی دفاع می‌کند، باید به مؤمنان دیگر نیز گمان بد نبرد و از حیثیت ایشان به سختی دفاع کند.

نه تنها روشن است که اگر در جامعه تهمت و بدبینی رایج شود، امنیت و آبروی افراد تهدید می‌شود. در اجتماعی که افراد آن، به خود حق بدهند که به دیگران تهمت بزنند و نسبت‌های دروغ و ناروا به آنان بدهند، اعضای آن، احساس امنیت و آرامش نمی‌کنند و پیوسته در اضطراب به سر می‌برند. بر کسی پوشیده نیست که جامعه امروزی ما از این آفت رنج می‌برد؛ یعنی دخالت‌های بیجا و عیبجویی و سرک کشیدن در زندگی دیگران همراه با بدبینی موجب شده تا حریم خصوصی افراد ارزش خود را از دست بدهد؛ به گونه‌ای که گاه در عرض چند روز و چند ساعت آبروی یک فرد به کلی از بین رفته و او امکان اعاده حیثیت هم نخواهد داشت. آری، در روزگار ما بازار دین‌فروشی و آبروریزی گرم و پررونق است.

گوئیا شیطان بشارت می‌دهد

از پس تهمت به تهمت می‌دهند

بر دل این مردمان سنگ دل

دین خود را مفت و ارزان یک به یک

فصل یازدهم: مهارت روابط مؤثر بین فردی

در فصل گذشته با مهارت برقراری ارتباط مؤثر و فعال در اجتماع از نگاه دین آشنا شدیم. در این فصل بنا داریم تا به برخی از مهم‌ترین فضایل اجتماعی که جنبه روابط بین فردی دارد، اشاره کنیم. رابطه انسان با پدر و مادر، خویشاوندان، همسایگان، معلمان، و ... از جمله این روابط هستند. اهمیت آشنایی با این مهارت جای گفتگو ندارد.

تأثیر متقابل و آنی این روابط بر پیشبرد امور اجتماعی به حدی است که علمای اسلام کتب زیادی را به ذکر حقوق اجتماعی گروه‌های مختلف بر یکدیگر اختصاص داده‌اند.

ما در اینجا به برخی از این روابط و توصیه‌های دین در چگونگی آن اشاره خواهیم کرد.

موضوع ۷۹: روابط با پدر و مادر

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أَفًّا وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا (۲۳) وَ اخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا (۲۳)

پروردگارت فرمان داده جز او را نپرستید و به پدر و مادر نیکی کنید، هر گاه یکی از آنها- یا هر دو آنها- نزد تو، به سن پیری برسند کمترین اهانتی به آنها روا مدار، و بر آنها فریاد مزن، و گفتار لطیف و سنجیده بزرگوارانه به آنها بگو (*). بالهای تواضع خویش را در برابرشان از محبت و لطف فرود آر، و بگو پروردگارا همانگونه که آنها مرا در کوچکی تربیت کردند مشمول رحمتشان قرار ده.

(اسراء، ۲۳ و ۲۴)

عواطف انسانی و حق شناسی دو مسئله ارزشمندی است که تأثیر زیادی در روابط مؤثر اجتماعی نیز دارد. انسان باید ارتباطات بین فردی خود با پدر و مادر و بستگان و همسایگان و سایر افراد را جامعه بر پایه حقوق و وظایف متقابل به نیکویی انجام دهد.

نیکی به پدر و مادر مورد سفارش اکید دین اسلام است تا جایی که امام علی (ع) فرمود: «بِرُّ الْوَالِدَيْنِ أَكْبَرُ فَرِيضَةٍ؛ نیکی کردن به پدر و مادر، بزرگترین تکلیف الهی است.» احترام به پدر و مادر معنی گسترده و وسیعی دارد. امام کاظم (ع) درباره حقوق پدر و مادر بر فرزند می‌فرماید: «کسی نزد پیامبر (ص) آمد و از حق پدر و فرزند سؤال کرد. فرمودند: باید او را با نام صدا نزنند (بلکه بگویند پدرم)، جلوتر از او نروند، قبل از او نشینند و کاری نکنند که مردم به پدرش بدگویی کنند (نگویند خدا پدرت را نیامرزد که چنین کردی.»

در سیزده مورد، قرآن کریم یاد از احترام و نیکی به پدر و مادر نموده است. در آیه بالا، خداوند به همگان دستور داده تا از ریزترین و کوچک‌ترین سخن و حرکتی که باعث آزرده‌گی و بخش خاطر والدین گردد، اجتناب کنند و بال‌های تواضع و فروتنی را برای پدر و مادر خود گسترده سازند.

در این آیه، بعد از اصل توحید، به یکی از اساسی‌ترین تعلیمات دین، یعنی نیکی به پدر و مادر اشاره شده است. این ترتیب، در هفت جای دیگر قرآن نیز آمده است و همگی دلیل بر اهمیت بسیار حق پدر و مادر در دستوره‌های اسلامی دارد. این اهمیت وقتی بیشتر نمایان می‌شود که توجه کنیم خداوند در قرآن، به جای «نهی از آزار به پدر و مادر» همواره بر «انجام احسان و نیکی به آنان» تأکید کرده است؛ یعنی نه تنها ایجاد ناراحتی برای آنان حرام است؛ بلکه احسان و نیکی به آنان نیز لازم و ضروری است. جالب‌تر این که، کلمه «احسان» همواره به وسیله «ب» متعدی شده است: «بِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا» این واژه (احسان) گاهی با «ب» و گاهی با «الی» متعدی می‌شود که در صورت اول، معنای آن نیکی کردن به طور مستقیم و بدون واسطه است، بنابراین، این آیه تأکید می‌کند که موضوع نیکی به پدر و مادر را باید آنقدر اهمیت داد، که شخصاً و بدون واسطه، به آن اقدام کرد.

بر اساس آنچه گفته شد جلب رضایت و خشنودی مادران از وظایف اساسی و مهم فرزندان است و انسان بیاد با عناوین مختلف و شیوه‌های گوناگون از پدر و مادر تجلیل و احترام کند و خشنودی آن‌ها را به دست آورد تا شاید یکی از هزار زحمت‌خالصانه او را جبران کرده باشد.

پاداش و کیفر نیکی و بدی به پدر و مادر در دنیا و آخرت از امور قطعی است. آیات و روایات بسیاری این مطلب را اثبات می‌کند. پاداش نظر مهر انگیز به پدر و مادر به قدری عظیم است که پیامبر اکرم (ص) در سخنی فرمود: «هر فرزند نیکوکاری که با نظر مهر انگیز به پدر و مادرش می‌نگرد، خداوند برای هر نگاه او پاداش یک حج شایسته به او خواهد داد.» حاضران از آن حضرت پرسیدند: «گرچه فرزند در یک روز صدبار این گونه به پدر و مادرش بنگرد آن همه پاداش را دارد؟» پیامبر (ص) در پاسخ فرمود: «آری خداوند بزرگ‌تر و پاک‌تر است.»

مجازات بی‌احترامی و مخالفت با پدر و مادر هم به حدی است که آن حضرت فرمود: «بترسید و بپرهیزید از این که عاق پدر و مادر و مورد خشم آن‌ها قرار گیرید، زیرا بوی بهشت از هزار سال راه به مشام می‌رسد، ولی این بوی خوش به مشام چنین کسی نمی‌رسد.»

ذکر این نکته هم ضروری است که از آیات و روایات فهمیده می‌شود که مادر حق ویژه‌ای دارد و نیکی به او مقدم است. شخصی نزد پیامبر اکرم (ص) آمد و پرسید: «ای پیامبر! به چه کسی نیکی کنم؟» فرمودند: «به مادرت» پرسید: «سپس به چه کسی؟» فرمودند: «به مادرت» باز پرسید: «سپس به چه کسی؟» فرمودند: «به مادرت» دوباره پرسید: «سپس به چه کسی نیکی کنم؟» فرمودند: «به پدرت».

یکی از آیات مربوط به بزرگداشت مقام مادر در قرآن این است: «وَصَيَّنَّا الْإِنْسَانَ بَوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ؛ و ما به انسان درباره پدر و مادرش سفارش کردیم؛ مادرش او را با ناتوانی روی ناتوانی حمل کرد (به هنگام بارداری هر روز رنج و ناراحتی تازه‌ای را متحمل می‌شد)، و دوران شیرخوارگی او در دو سال پایان می‌یابد؛ (آری به او توصیه کردم) که برای من و برای پدر و مادرت شکر بجا آور که بازگشت (همه شما) به سوی من است.» (لقمان، ۱۴)

سخن آخر اینکه بی‌احترامی به پدر و مادر آثار وضعی بدی در دنیا نیز می‌گذارد. سلب توفیق در انجام عبادات جلوگیری از استجاب و برآورده شدن دعا، شقاوت و بدبختی، کاهش عمر و محرومیت از رحمت خداوند از جمله این آثار است.

از دست روزگار پیایی خورد قفا آن بی ادب که دست به روی پدر زند

در اینجا مناسب است به این نکته هم اشاره شود که گاه می‌شود پدر و مادر پیشنهادهای غیر منطقی یا خلاف شرع به انسان می‌کند. بدیهی است اطاعت آنان در هیچ یک از این موارد، لازم نیست. ولی با این حال، باید با برخورد منطقی و انجام دادن وظیفه امر به معروف و نهی از منکر در بهترین صورتش، با این گونه پیشنهادهای برخورد کرد. در آیه ۱۵ سوره لقمان می‌خوانیم: «وَإِنْ جَاهِدَاكَ عَلَىٰ أَنْ تُشْرِكَ بِي مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ فَلَا تُطِعْهُمَا وَصَاحِبُهُمَا فِي الدُّنْيَا مَعْرُوفًا؛ و هر گاه آن دو، تلاش کنند که تو چیزی را همتای من قرار دهی، که از آن آگاهی نداری (بلکه می‌دانی باطل است)، از ایشان اطاعت مکن، ولی با آن دو، در دنیا به طرز شایسته‌ای رفتار کن.»

موضوع ۸۰: روابط با خویشاوندان

فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتُقَطِّعُوا أَرْحَامَكُمْ

اگر (از دین) روی گردان شوید، جز این انتظار می‌رود که در زمین فساد کرده و قطع پیوند خویشاوندی کنید؟! [یعنی دوباره به جاهلیت برگردید]

(محمد، ۲۲)

قرآن کریم توجه به خویشاوندان که با واژه «ذوی القربی» آمده است را در ۲۵ آیه از ۱۷ سوره مکی و مدنی مورد توجه قرار داده است و رعایت آداب اسلامی را در چگونگی ارتباط با آنها لازم دانسته است. سنت حسنه صله رحم، از نیکوترین برنامه‌های دین مبین اسلام است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «وصیت می‌کنم حاضران امت خود را و غایبان ایشان را و کسانی را که در صلب پدران و رحم مادران هستند که تا روز قیامت صله رحم به جا بیاورند، اگرچه بین آنها به اندازه راه یک ساله باشد.»

منظور از صله رحم، فقط دیدار اقوام نیست، بلکه مفهوم گسترده‌تری را در بردارد؛ مثلاً فرد باید در حد توان و امکان، به یاری رساندن و رفع نیاز بستگان خود پردازد؛ اگرچه برخی با آنان هم‌عقیده نباشد.

آیه بالا، قطع رحم را بازگشت به جاهلیت می‌داند. این نشان از اهمیت صله رحم در تکامل عقلی و رفتاری ما دارد. قطع رحم هم مثل صله رحم تنها در رفت و آمد یا قطع آن خلاصه نمی‌شود. از جمله مصداق‌های قطع رحم، این است که بستگان خود را به گفتار یا کردار بیازاری و با او رفتار ناشایست کنی. در روایتی، امام صادق فرمود: «صله رحم کن، اگرچه به شربت آبی باشد و بهترین صله رحم، خودداری از آزار خویشان است»

قطع رحم به هیچ وجه و با هیچ توجیهی در اسلام پذیرفته نیست. در اولین آیه از سوره نساء خداوند به مؤمنان توصیه کرده تا از این موضوع به شدت توجه کنند. تعبیر این آیه در نوع خود کم‌نظیر است: «وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسْأَلُونَ بِهِ وَ الْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا رَقِيبًا؛ و از خدایی بپرهیزید که هنگامی که چیزی از هم می‌خواهید، نامش را می‌برید! (و نیز) (از قطع رابطه با) خویشاوندان خود، بپرهیز کنید! زیرا خداوند، مراقب شماست.» در چند جای دیگر قرآن، صله رحم به عنوان یکی از پیوندهای مهمی بیان شده که گسستن آن نشانه فسق و حفظش نشانه ایمان است. (آیات ۲۷ سوره بقره و ۲۱ سوره رعد)

فردی خدمت حضرت رسول صلی الله علیه و آله آمد و عرض کرد: «خویشاوندی دارم که با آنها رابطه دارم، اما آنان آزارم می‌دهند، [از این رو] تصمیم گرفته‌ام آنان را ترک کنم.» حضرت رسول صلی الله علیه و آله فرمود: «آن گاه، خدا هم تو را ترک می‌کند!» گفت: «پس چه کنم؟» رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «به کسی که محرومت کرده، عطا کن؛ با کسی که از تو بریده، رابطه برقرار کن و از کسی که بر تو ستم روا داشته، در گذر. هر گاه چنین کردی، خداوند پشتیبان تو خواهد بود.»

یکی از مهم‌ترین موانع صله رحم، اختلافات خانوادگی میان زن و شوهر با فامیل و بستگان همدیگر است. هر یک از زن و مرد با رفتن زیر چتر خطبه عقد و پیمان زوجیت، علاوه بر پذیرش نقش همسری، وارد شبکه نسبتاً گسترده‌ای از روابط اجتماعی جدید با بستگان، دوستان و آشنایان همسر نیز می‌شوند.

در میان این حجم گسترده ارتباطات و با توجه به اهمیت و نقش کلیدی خانواده در جامعه و فرهنگ ما، نوع و میزان ارتباط با خانواده همسر نسبت به سایر اطرافیان، از اهمیت و حساسیت بیشتری برخوردار است. نحوه مدیریتی که در برابر این ارتباط گسترده فامیلی اتخاذ می‌شود، می‌تواند باعث آرامش و پیشرفت و یا حتی ناآرامی و عدم موفقیت ما بشود. از این رو، توصیه می‌شود تا هر یک از زوجین این باور را در خود ایجاد کند که خانواده همسرش خانواده او نیز هست.

موضوع ۸۱: روابط با همسایگان

وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَ
الْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ

و خدا را پرستید و هیچ چیز را همتای او قرار ندهید و به پدر و مادر و همچنین به خویشاوندان و یتیمان و مسکینان و
همسایه نزدیک و همسایه دور و دوست و همنشین و واماندگان در سفر نیکی کنید

(نساء، ۳۶)

زندگی اجتماعی و جمعی بشر، در عین حال که محسّنات و نقطه‌های مثبت و قابل تمجیدی دارد، برخی آثار منفی و
زیانبار را نیز در پی دارد. از این رو لازم است قوانین و دستوراتی وضع شود تا زندگی جمعی را سر و سامان بدهد و
انسان به راحتی بتواند به زندگی خویش در کنار جمع ادامه دهد. با گسترش آپارتمان‌نشینی در شهرهای بزرگ، یکی از
جدی‌ترین نیازهای اخلاقی زندگی امروز، توجه به دستورات دینی درباره همسایه‌داری است.

اسلام به عنوان یک دین کامل و اجتماع ساز و تأمین کننده سعادت دنیوی و اخروی انسان، دستورات و توصیه‌های
اخلاقی و حقوقی را برای همسایه‌داری در نظر گرفته است که با مراعات آن انسان‌ها می‌توانند در کنار هم به راحتی و
آسایش زندگی کنند.

آیه بالا به مسلمانان فرمان می‌دهد که به چند گروه به طور ویژه احسان و نیکوکاری کنند. سه مورد از این گروه‌ها،
مربوط به همسایه خویشاوند و همسایه غیر خویشاوند می‌باشد.

پیامبر اکرم (ص) فرمود: «حُرْمَةُ الْجَارِ عَلَى الْإِنْسَانِ كَحُرْمَةِ أُمِّهِ؛ حرمت همسایه بر [عهده] انسان مانند احترام مادرش
می‌باشد.» امام علی (ع) نیز در آخرین ساعات عمر شریف خود درباره اهمیت همسایه‌داری فرمود: «اللَّهُ اللَّهُ فِي جِيرَانِكُمْ
فَإِنَّهُمْ وَصِيَّةُ نَبِيِّكُمْ مَا زَالَ يُوصِي بِهِمْ حَتَّى ظَنَّنَا أَنَّهُ سَيُورَثُهُمْ؛ خدا را! خدا را! درباره همسایگان [و حقوقشان را رعایت
کنید] که وصیت پیامبر شماست و همواره به خوشرفتاری با همسایگان سفارش می‌کرد تا آنجا که گمان بردیم برای
آنان ارثی معین خواهد کرد.» این همسایه‌داری حتی در دعا‌های مؤمنان نیز مشهود بوده است. امام حسن (ع) می‌فرماید:
«مادرم زهرا (س) را در شب جمعه دیدم تا سپیده صبح مشغول عبادت و رکوع و سجود بود و مؤمنین را یک یک نام
می‌برد و دعا می‌کرد؛ اما برای خودش دعا نکرد. عرض کردم: «مادر جان، چرا برای خودتان دعا نمی‌کنید؟» فرمودند:
«يَا بَنِيَّ الْجَارُ تَمُّ الدَّارِ؛ فرزندم! اول همسایه، بعد خویشان.»

همسایه‌داری یکی از صفات مؤمنان و نشانه دینداری است تا جایی که پیامبر اکرم (ص) فرمود: «هر گاه همسایگان
هنگام یاد کردن از تو، تو را نیکوکار بدانند، پس تو نیکوکاری، و اگر در آن زمان، تو را فردی بدکار بشمارند، تو
بدکاری.» آن حضرت هم‌چنین فرمود: «کسی که همسایه از شرش در امان نباشد به بهشت نمی‌رود.»

همسایه آن قدر در آرامش و امنیّت انسان نقش دارد که قبل از خرید منزل و در نظر گرفتن امتیازات مکانی و ساختمانی، باید نسبت به همسایه‌ها دقت نمود. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «پیش از خانه خریدن، همسایه را بجوید و پیش از سفر کردن، رفیق را بیابید.»

ذکر این نکته هم خالی از فایده نیست که تحمل همسایه بد، خودش یکی از خصلت‌های نیکو و نشانه خوش‌همسایگی است؛ یعنی افراد دیندار نسبت به سر و صدای موقت و آزارهای مقطعی همسایه‌ها صبر و مدارا می‌کنند و این قدر حساسیت به خرج نمی‌دهند. امام کاظم (ع) فرمود: «لَيْسَ حُسْنُ الْجَوَارِ كَفَّ الْأَذَى وَلَكِنَّ حُسْنَ الْجَوَارِ صَبْرُكَ عَلَى الْأَذَى؛ خوش‌همسایگی تنها به این نیست که از آزار همسایه خودداری کنی؛ بلکه بر آزار او نیز شکیبائی کنی.»

موضوع ۸۲: روابط با معلم

قَالَ لَهُ مُوسَى هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَىٰ أَنْ تُعَلِّمَنِي مِمَّا عَلَّمْتَ رُشْدًا

موسی به وی گفت: آیا از بتو پیروی کنم تا در آنچه از رشد و هدایت آموخته ای به من بیاموزی

(کهف، ۶۶)

از دیدگاه قرآن، ارتباط علمی دارای ارزش و احترام است. آیات متعدد قرآن، از جمله پنج آیه نخست سوره علق، آیه ۸۲ سوره فاطر، آیه ۹۶۲ سوره بقره، آیه ۹ سوره زمر، آیه ۱۱ مجادله و... به فضیلت علم اشاره کرده است. احادیث متعددی از پیامبر گرامی اسلام (ص) و ائمه معصومین علیهم السلام نیز، درباره ارزش ذاتی علم و دانش وارد شده که ما در موضوع ۵۵ به آن اشاره کردیم.

قرآن کریم داستان حضرت موسی (ع) و حضرت خضر (ع) را در سوره کهف بیان کرده است. حضرت موسی (ع) یکی از پیامبران اولوالعزم و بهترین مردم در زمان خودش بود. با این وجود، حتی بعد از رسیدن به مقام نبوت، خداوند برای ارتقای مقام علمی و معنوی او زمینه یک برخورد علمی وی با یک استاد را فراهم کرد. اگر نگاهی به آیات ۶۰ تا ۸۲ سوره کهف بیندازیم، نکات مهمی درباره آداب معلم و متعلم به دست خواهیم آورد. ما در اینجا فقط به پانزده نکته اشاره می‌کنیم تا بار دیگر این مطلب ثابت شود که قرآن کریم چه نکات ارزنده‌ای را در لابلای آیات، قصص و پندهای خود به ما ارزانی داشته است:

۱- باید سراغ کسانی رفت که دارای مقام علمی و معنوی توأمان هستند؛ یعنی علم و عمل را در کنار هم به صورت توأمان دارند. این نکته از آیه ۶۵ این سوره فهمیده می‌شود. امام معصوم علیه السلام در تفسیر آیه «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ» فرمود: «منظور این است که انسان بنگرد علمش را از چه کسی فرامی‌گیرد.»

۲- برای دریافت علم، باید در مقابل استاد، ادب و تواضع داشت. این نکته از عبارت «هَلْ أَتَّبِعُكَ» در آیه ۶۶ فهمیده می‌شود که موسی با تواضع درخواست شاگردی کرد.

۳- یکی از آداب علم این است که متعلم خود را در اختیار معلم قرار داده و از او پیروی کند. این نکته نیز از همان عبارت فهمیده می‌شود.

۴- علم‌آموزی دارای ارزش است؛ تا جایی که پیامبر خدا به خاطر آن مسافرت و تحمل سختی‌های زیاد می‌کند. این نکته از آیات ۶۰ تا ۶۶ این سوره فهمیده می‌شود. «هَلْ أَتَّبِعُكَ»

۵- طالب علم باید هدف داشته باشد و بداند هدفش علم‌آموزی است؛ نه فقط همراهی با استاد. پس شخصیت زده نباشد. این نکته از انتهای آیه ۶۶ و عبارت «هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَىٰ أَنْ تُعَلِّمَنِي مِمَّا عَلَّمْتَ رُشْدًا» فهمیده می‌شود.

۶- علم به تنهایی هدف نیست، بلکه باید مایه رشد باشد و انسان را به عمل صالح بکشاند و فروتنی آورد؛ نه غرور و مجادله. این نکته از همان عبارت و واژه «رُشداً» فهمیده می‌شود.

۷- مربی و معلم باید از ظرفیت شاگردان آگاه باشد. این نکته از آیه ۶۷ فهمیده می‌شود که خضر به موسی گفت: تو نمی‌توانی بر همراهی با من صبر کنی.

۸- رشد علمی بدون صبر و بردباری، میسر نیست. این نکته نیز از همان آیه فهمیده می‌شود.

۹- یکی از فواید علم این است که ظرفیت و صبر انسان را در مشکلات بالا برده و به او ریشه و فلسفه بلاها را معرفی می‌کند. در آیه ۶۸ خضر دلیل عدم ظرفیت موسی برای همراهی با خود را این می‌گوید که: «كَيْفَ تَصْبِرُ عَلٰى مَا لَمْ تُحِطْ بِهٖ خُبْرًا؛ چگونه بر چیزی که از فلسفه آن خبر نداری، صبر خواهی کرد.» در روایات نیز این مطلب آمده است که «النَّاسُ اَعْدَاءُ مَا جَهِلُوا؛ مردم دشمن آن چیزهایی هستند که هیچ از آن نمی‌دانند [و اگر حقیقت آن را بشناسند، هیچ گاه از آن نمی‌ترسند].»

۱۰- تعهد گرفتن در مسایل علمی و تربیتی جایز است؛ همان‌طور که خضر از موسی تعهد گرفت: «فَاِنْ اَتَّبَعْتَنِ فَلَا تَسْئَلْنِي» (آیه ۷۰)

۱۱- یکی از آداب شاگردی این است که سؤال در زمان و مکان مناسب مطرح شود. موضوع تعهد خضر نیز همین مسئله بود که در آیه ۷۰ آمده است.

۱۲- معلم و استاد می‌تواند شاگرد خود را مؤاخذه کند. این نکته از عبارت «لَا تُؤَاخِذْنِي» در آیه ۷۳ فهمیده می‌شود.

۱۳- در تعلیم و تربیت نباید زیاد کار را بر شاگردان سخت گرفت و باید عذرهای آنان را تا چند بار قبول کرد؛ چنانچه خضر این کار را برای حضرت موسی انجام داد.

۱۴- معلم باید شاگرد را به تدریج و به صورت دوره‌ای با معارف آشنا کند؛ چنانچه موسی گام به گام با اسرار آشنا می‌شود.

۱۵- معلم باید به مصلحت شاگرد خود نگاه کند که آیا بیش از این همراهی و آموزش برای او مصلحت دارد؟ در غیر این صورت، باید قاطعانه پیشنهاد جدایی به شاگرد داده و از عواطف جریحه‌دار او نهراسد. این نکته از عبارت «» در آیه ... فهمیده می‌شود.

در روایت است که از موسی پرسیدند: سخت‌ترین لحظاتی که بر تو گذشت، کدام لحظه بود؟ گفت: با آنکه از فرعونیان تهمت‌ها شنیدم و از بنی اسرائیل بهانه‌جویی‌ها دیدم، ولی دشوارترین زمان، آن لحظه‌ای بود که خضر گفت: «هَذَا فِرَاقُ بَيْنِي وَبَيْنِكَ»

در ارج نهادن به مقام معلم همین بس که در حدیثی دیگر، معلم به عنوان پدری معرفی شده که مقام او از مقام پدری که باعث پیدایش انسان شده، بالاتر است: «پدران تو سه نفرند: یکی آن که تو را متولد کرد و آن که تو را علم داد و آن که دخترش را به تو تزویج کرد و بهترین این سه پدر، آن است که تو را تعلیم داد.»

از پدر گر قالب تن یافتیم از معلم جان روشن یافتیم
یک پدر بخشنده آب و گل است یک پدر روشنگر جان و دل است
لیک اگر پرسی کدامین برترین آنکه دین آموزد و علم یقین

فصل دوازدهم: مهارت ارتباط مؤثر کلامی

زبان مهم‌ترین وسیله ارتباط انسان‌ها با یکدیگر و اطلاع‌رسانی و مبادله افکار و اندیشه‌هاست. از این رو، می‌توان آن را فعال‌ترین عضو بدن دانست. امروزه مهارت ارتباط کلامی مؤثر در دنیا به عنوان یک مهارت مؤثر و اصلی زندگی شناخته شده است.

در دین مبین اسلام، بیش از هر آیین دیگری، بر آداب و آفات زبان تأکید شده است. بر همین اساس، آیات زیادی از قرآن به این موضوع اختصاص یافته است. از رسول خدا(ص) روایت شده است: «قطعاً بسیاری از گناهان انسان از ناحیه زبان او است.» و نیز فرمود: «نجات و رستگاری انسان با ایمان در کنترل زبان است.»

در این فصل با برخی آیات و روایات درباره مهارت ارتباط کلامی مؤثر یا همان خوش‌گفتاری آشنا خواهیم شد:

موضوع ۸۳: اهمیت گفتار

وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُبِينًا

و به بندگانم بگو تا گفتاری که نیکوتر است بر زبان آورند که شیطان میان آنان را می‌شوراند: بی‌گمان شیطان برای انسان دشمنی آشکار است.

(اسراء، ۵۳)

زبان یکی از مهم‌ترین نعمت‌های الهی برای انسان است: خداوند این نعمت را حاصل رحمت گسترده خود می‌داند. «الرَّحْمَنُ» (*) «عَلَّمَ الْقُرْآنَ» (*) «خَلَقَ الْإِنْسَانَ» (*) «عَلَّمَهُ الْكِبَانَ» (*) این نعمت زمانی که در راستای اهداف درست به کار گرفته شود، سرچشمه کارهای نیک و ثواب‌های فراوان خواهد شد و اگر در امور ناپسند استفاده شود، بسیاری از ذایل اخلاقی را در فرد و جامعه به وجود خواهد آورد. از این رو، اهمیت خوش گفتاری بر همگان روشن است.

فضایل فراوانی چون راستگویی، حق طلبی، اصلاح بین الناس، تبلیغ دین، ذکر خداوند، سلام کردن، شوخی و مزاح بر حق، دفاع از مظلوم، آموزش علم و حکمت و ... تنها برخی از کارکردهای نیکوی زبان است.

گناهانی زیادی چون تهمت، دروغ، غیبت، سخن چینی، گواهی به باطل، خودستایی، اشاعه فحشاء و نشر اکاذیب، بیهوده گفتن، ناسزا گویی، خشونت با زبان، اصرار بی جا، چاپلوسی با زبان، مسخره کردن، طعنه زدن، کفران نعمت، نهی از معروف و امر به منکر با زبان و ... نیز، تنها برخی از گناهانی هستند که منشأ آن زبان است.

زبان هیچ استخوانی ندارد؛ اما آن قدر قوی هست که بتواند انسانی را از درون بشکند و نابود سازد. به همین جهت، هشدارها و سفارش‌های زیادی از پیامبر(ص) و امامان(ع) پیرامون آفات و خطر زبان وارد شده است. ما در موضوعات بعد به برخی از گناهان زبان اشاره خواهیم کرد.

در اهمیت کنترل زبان همین بس که مطابق روایات بسیار، از پیامبر(ص) و امامان(ع)، هنگامی که هر روز صبح فرا می‌رسد زبان به تمام اعضاء بدن نظر می‌افکند، و می‌گوید: «صبح شما چگونه است؟» آن‌ها در پاسخ می‌گویند: «اگر تو ما را به حال خود بگذاری حال ما خوب است.» سپس زبان را سوگند داده چنین می‌گویند: «خدا را خدا را! رعایت حال ما را بکن. چرا که ما به وسیله تو دارای پاداش و عذاب می‌شویم.»

خداوند در آیه ۱۸ سوره ق می‌فرماید: «مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ؛ آدمی هیچ سخنی را به لفظ در نمی‌آورد مگر اینکه مراقبی آماده نزد او، آن را ضبط می‌کند.» این آیه نشان‌دهنده اهمیت زبان است که خداوند بندگان حتی از حساب کشی بر الفاظ آن می‌هراساند. بسیاری از مردم، خود را در سخن گفتن آزاد می‌بینند و گویی سخنان خود را جزو اعمال خویش نمی‌دانند؛ در حالی که موثرترین و خطرناک‌ترین اعمال آدمی همان سخنان او است.

در یکی دیگر از آیاتی که اهمیت این فضیلت را روشن می‌کند، خداوند خوش‌گفتاری را از عنایات و هدایت‌های خاص خود به بهشتیان می‌داند: «وَهُدُّوا إِلَى الطَّيِّبِ مِنَ الْقَوْلِ وَهُدُّوا إِلَى صِرَاطِ الْحَمِيدِ؛ و بسوی سخنان پاکیزه هدایت می‌شوند، و به راه خداوند شایسته ستایش، راهنمایی می‌گردند.» (حج، ۲۴) هم‌چنین بهشتیان را از شنیدن سخنان بد و ناصواب مبرا دانسته و این را نعمت بزرگ برایشان می‌داند: «لَا يَسْمَعُونَ فِيهَا لَغْوًا وَلَا تَأْتِيهَا» (واقع، ۲۵)

قرآن کریم در آیه بالا یکی از جولانگاه‌های اصلی شیطان را زبان دانسته و از مؤمنان می‌خواهد که هنگام سخن گفتن با یکدیگر از بهترین شیوه و محتوا استفاده کنند؛ زیرا شیطان مترصد است تا کینه و دشمنی‌های درونی را با سخنان ناصواب برافروزد. توجه به این آیه، لزوم مراقبت از زبان و نقش آن در پیشرفت یا پسرفت اجتماعات بزرگ و کوچک انسانی را نمایان می‌کند.

واقعیت تلخ زندگی همه ما این است که بخش بزرگی از انرژی خود را صرف جدال‌های لفظی بیهوده و کینه و ناراحتی‌های پوچ از یکدیگر می‌کنیم. اگر زن و شوهر کمی مراقب طرز حرف زدن خود باشند؛ اگر هنگام سخن گفتن در جمع فامیلی توجه بیشتری به نوع الفاظ و مفاهیم کنایی آن داشته باشیم و اگر نخواهیم با زبانمان خدای ناکرده به دیگران نیش زده یا آنان را تسلیم خود سازیم، بسیاری از این دعوایها و کدورت‌ها رخ نمی‌دهد و در نتیجه، بسیار شایسته است آیه بالا را همواره با خود حفظ کرده و سرلوحه گفتار خود قرار دهیم.

زبان در دهان، ای خردمند چیست؟
کلید در گنج صاحب هنر
چو در بسته باشد چه داند کسی
که جوهر فروش است یا پيله ور

موضوع ۸۴: دقت در محتوای گفتار

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ قُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! تقوای الهی پیشه کنید و سخن حق بگویید

(احزاب، ۷۰)

دستور به خوش گفتاری زمانی عملی می‌شود که کلام فرد هم در ظاهر و هم در محتوا، نیکو باشد. آیه بالا اهل ایمان را به حق‌گویی و تقوای در گفتار دعوت می‌کند. تقوای زبان به این معناست که هر چیزی به ذهن آمد، بلافاصله بر زبان جاری نشود؛ بلکه یک مرکز کنترل و مراقبت در ذهن وجود داشته باشد که از سخنان نابخردانه جلوگیری نماید. به عبارت دیگر، بیشترین چیزی که برای برخورداری از محتوای نیک در گفتار باید در نظر داشت، این است که تصمیم‌گیری در سخن با اندیشه باشد؛ نه زبان. فعال این ویژگی در روایات زیادی نشانه افراد خردمند دانسته شده است. آنان که قبل از هر گونه سخنی، خوب اندیشه کرده و فرجام و عاقبت آن را می‌سنجند. امام علی(ع) در تعبیر زیبایی فرمود: «لِسَانُ الْعَاقِلِ وَرَاءَ قَلْبِهِ وَ قَلْبُ الْأَحْمَقِ وَرَاءَ لِسَانِهِ؛ زبان عاقل پش عقلش است و عقل نادان پشت زبانش.»

آن حضرت در کلام مهم دیگری فرمود: «هر مردی در زیر زبان خود پوشیده شده است. پس سخن خود را پیش از گفتن بیازمای و آن را با میزان خرد و دانش بسنج. اگر کلامت برای خدا و در راه خدای متعال است، سخن بگویی؛ و اگر نه، از سخن خودداری کرده و ساکت باش؛ و بدان که سکوت به خیر و فائده تو است.»

آدمی مخفی است در زیر زبان این زبان، پرده است درگاه دهان

از آیه بالا استفاده می‌شود که مهم‌ترین کارکرد زبان، حق‌گویی است. گفتار «سدید» یعنی کلامی که در آن، باطل و سستی و لغو و دروغ و نفاق نباشد. این حق‌گویی از اندیشه حق‌طلبانه ناشی می‌شود؛ یعنی هنگامی که فرد متکلم در محتوای گفتارش اندیشه کرده و در ورای افکار حق‌طلبانه‌اش به دنبال سخن باشد، لاجرم جز حق نیز بر زبانش جاری نخواهد شد.

قرآن به روشنی می‌گوید که برترین انسان‌ها در سخن گفتن، کسی است که همگان را به سوی خدا می‌خواند: «وَ مَنْ أَحْسَنُ قَوْلًا مِّمَّنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَ عَمِلَ صَالِحًا وَ قَالَ إِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ؛ و چه کسی نیک‌گفتارتر است از آن کس که به سوی خدا دعوت کند و کردار نیک به جا آورد و بگوید همانا من از تسلیم شدگان (در محضر خدا) هستم.» (فصلت، ۳۳) در واقع، قرآن «نیکوترین گفتار» را آهن دانسته که دارای نیکوترین محتوا باشد.

در سوی مقابل، یکی از نشانه‌های منافقان این است که از سخنان خوب، ولی باطنی تو خالی و بی‌مغز برخوردار هستند: «وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ يُشْهَدُ اللَّهُ عَلَى مَا فِي قَلْبِهِ وَ هُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ؛ و پاره‌ای از مردم، منافق و سالوسند که وقتی سخن از دین و صلاح و اصلاح می‌کنند تو را به شگفت می‌آورند و خدا را گواه می‌گیرند که آنچه می‌گویند مطابق آن چیزی است که در دل دارند و حال آنکه سرسخت‌ترین دشمنان دین و حقند.»

این مطالب نشان‌گر این است که از نظر دین، محتوای گفتار بسیار مهم‌تر از شیوایی آن است؛ هر چند درباره شیوایی و نیکویی ظاهر سخن نیز سفارش‌های زیادی در آیات و روایات دیده می‌شود.

یکی دیگر از آیاتی که به مؤمنان را به دقت در محتوای گفتار دعوت کرده است، آیه ۹ سوره مجادله است: «یا ایُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا تَنَاجَيْتُمْ فَلَا تَتَنَاجَوْا بِالْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَتَنَاجَوْا بِالْبِرِّ وَالتَّقْوَى؛ ای کسانی که ایمان آوردید، هنگامی که نجوا و سخن آهسته می‌گویید، پس به گناه و دشمنی نجوا نکنید [محتوای سخن شما خالی از گناه و کینه باشد.] و به نیکویی و تقوا نجوا کنید.»

در آیات دیگر قرآن نیز، مصادیق دیگر خوش‌گفتاری در محتوا بیان شده است: توجه به متانت و صداقت، سلام گفتن، پرهیز از پاسخ متقابل به افراد نابخرد و سفیه، پرهیز از سخنان بیهوده و لغو و حتی پرهیز از دشنام نسبت به مقدسات کافران.

موضوع ۸۵: دقت در ظاهر گفتار

وَهْدُوا إِلَى الطَّيِّبِ مِنَ الْقَوْلِ وَ هُدُّوا إِلَى صِرَاطِ الْحَمِيدِ

و به سوی سخنان پاکیزه هدایت می‌شوند، و به راه خداوند شایسته ستایش، راهنمایی می‌گردند.

(حج، ۲۴)

انسان می‌تواند زبان را به عنوان بهترین ابزار بیان مقاصد و منویات نیک و خوب و زیبا به کار گیرد و کارهای مثبت فراوان انجام دهد. یکی از کارکردهای مهم زبان و گفتار، ایجاد ارتباط با دیگران و بهره‌مندی از محبت و عواطف یکدیگر است. همه انسان‌ها به شنیدن کلام زیبا و مؤدبانه گرایش دارند و از آن استقبال می‌کنند. از این رو خداوند به مؤمنان فرمان می‌دهد که حتی در برابر جاهلان و بدکرداران، با کرامت برخورد کرده و با آنانی که ناسزا و دشنام می‌گویند، روی خوش نشان دهید و بزرگوارانه از کنار آنان عبور کنید.

در آیه ۸۳ سوره بقره هم خداوند فرمان به خوش گفتاری با همه مردم می‌دهد: «وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا»

آری، زبان ترجمان و بیانگر احوال درون است. امکان ندارد درون انسان پاک و سالم باشد؛ اما زبان او کثیف. زبان دریچه‌ای است که محتویات درون را ظاهر می‌کند. به همین دلیل است که می‌گویند یکی از بهترین راه‌های شناخت افراد این است که به سخنانشان گوش دهید؛ زیرا زبان انسان آینه دل اوست.

بی‌کمالی‌های نادان در سخن پیدا شود پسته بی مغز چون لب وا کند رسوا شود

برخی دیگر از زیبایی‌های کلام هم در روایات ذکر شده است. ما به روایاتی از امیر بیان، حضرت علی (ع) در این زمینه اشاره می‌کنیم:

۱- شیوایی و جذابیت: گوینده سخن باید برای اثرگذاری بیشتر بر مخاطبان، سخنان خود را در قالبی جذاب و زیبا عرضه کند. این گونه سخنان می‌تواند برای گوینده سخن اعتبار و شخصیت ایجاد کند. حضرت علی (ع) فرمود: «کسی که زبانش شیرین باشد، برادرانش بسیار شوند.» آن حضرت هم‌چنین فرمود: «برای جلب دل دوستان، چیزی مؤثرتر از زبان نیست.»

۲- نکته‌سنجی: بررسی همه‌جانبه کلام قبل از آغاز سخن سبب حفظ از اشتباه‌ها و خطاهای احتمالی می‌گردد. امام علی (ع) می‌فرماید: «کسی که گفتار خود را بررسی کند، اشتباه او کم می‌شود.»

مرد باید که سخن دان بود و نکته شناس تا چو می‌گوید از آن گفته پشیمان نشود

۳- قابل فهم بودن: گوینده سخن باید گفتار خود را به گونه‌ای بیان کند که برای شنونده قابل فهم باشد. امیر بیان، حضرت علی (ع) فرمود: «بهترین سخن‌ها آن است که گوش‌ها آن را به بیرون نیفکند و فهمیدن آن برای فهم‌ها رنج‌آور نباشد.»

۴- کم گویی و گزیده گویی: امام علی (ع) در این باره می‌فرماید: «خَيْرُ الْكَلَامِ مَا لَا تَمِلُّ وَلَا يَقِلُّ؛ بهترین گفتار آن است که نه خسته کننده باشد، نه بسیار کم.»

سخن، نرم و لطیف و تازه می‌گوی

نه بیرون از حدّ و اندازه می‌گوی

۵- به جا بودن: یکی از مهمترین آداب سخن این است که به جا باشد؛ یعنی متکلم شرایط محیطی و ظرفیت مخاطب را در نظر گرفته و سپس اگز نیاز دید، حرف بزند. امام علی (ع) فرمود: «لِكُلِّ مَقَامٍ مَقَالٌ؛ هر جایگاهی را گفتاری است.»

مجال سخن تا نبینی زپیش

به بیهوده گفتن مبر قدر خویش

این گفتار را با این سخن به پایان می‌بریم که بهترین نمونه برای گفتار نیک را باید خود قرآن دانست. یکی از نام‌های قرآن «احسن الحدیث» است. این کتاب روشن‌گر الهی هم در محتوا و هم در قالب، بهترین بیان را به انسان‌ها ارزانی کرده است. قصه‌هایش جذاب و پندآموز حکایت شده و مواعظش دل‌نشین و اثرگذار. آن هنگام که از کسی انتقاد می‌کند، جانب انصاف را فراموش نکرده و آن زمان که از فردی تمجید می‌کند، از بروز غرور و خودبینی در وجود فرد جلوگیری می‌کند. در بیان احکام زناشویی با حیا و به کنایه سخن گفته و حتی در مواجهه با دشمنان، از الفاظ رکیک و تند دوری می‌کند. شاید از این رو، برخی بزرگان دینی جز با آیات قرآن سخن نمی‌گفتند. چه نیکوست که ما نیز در گفتارهایمان به خداوند تأسی کرده و آیات راهگشای الهی را در گفتار روزمره خود به کار گیریم.

موضوع ۸۶: شناخت گناهان زبان

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا تَنَاجَيْتُمْ فَلَا تَتَنَاجَوْا بِالْأَيْمِ وَالْعُدْوَانِ وَمَعْصِيَةِ الرَّسُولِ وَتَنَاجَوْا بِالْبُرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَ
اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ

ای مؤمنان! هنگامی که رازگویی می‌کنید به گناه و دشمنجویی و نافرمانی با پیامبر رازگویی نکنید و به نیکی و پرهیزگاری راز گویند! و از خداوند که نزد او گرد آورده می‌شوید پروا کنید.

(مجادله، ۹)

هرگاه زبان، رها و لق و هرز باشد، بزرگترین بلا برای انسان خواهد شد و محصول آن جز فتنه، گناهان بزرگ و انحرافات ویرانگر و خانمان برانداز نخواهد بود. به همین دلیل، در آیات و روایات اسلامی سفارش شده که تا خیر و مصلحت روشنی برای سخن گفتن وجود ندارد، سکوت بهترین کار است.

نیست در عالم ایجاد بجز تیغ زبان بی گناهی که سزاوار به حبس ابدست

در آیه ۱۱۴ سوره نساء می‌خوانیم: «لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ؛ در بیشتر سخنانشان هیچ خیری نیست مگر آنکه به صدقه یا کار نیک یا اصلاح میان مردم امر کند.» این مطلب از آیه ... سوره نساء نیز برداشت میشود؛ زیرا کارکردهای نیک زبان را استثناء کرده تا بفهماند در خیلی جاها سکوت بهتر از حرف زدن است.

اصلیترین آفت زبان این است که لحن یا محتوای گفتار فرد حاصلی جز غفلت و دوری از یاد خدا نداشته باشد؛ همانگونه که در آیه ۶ سوره لقمان آمده است: «وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْتَرِي لَهْوَ الْحَدِيثِ لِيُضِلَّ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَ يَتَّخِذَهَا هُزُوًا أُولَٰئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُّهِينٌ؛ و از مردم کسی است که خریدار گفتار بیهوده است تا بی (پشتوانه) دانشی، (مردم را) از راه خداوند، بیراه کند و آن را به ریشخند گیرد؛ آنان را عذابی خوارساز خواهد بود.»

نمونه این موارد، سخنان یا آهنگ‌های سرگرم کننده و غفلت‌زایی است که انسان را به گمراهی کشانده؛ خواه آنچه الحان و آهنگ‌های شهوت‌انگیز و هوس‌آلود دارد و خواه آنچه از طریق محتوا، انسان را به بیهودگی و فساد، سوق می‌دهد.

امروزه نیز بسیاری از افراد و گروه‌های مختلف با صرف هزینه‌های میلیاردی در صدد گسترش باطل و کم‌رنگ شدن حق هستند که از آن جمله می‌توان به شبکه‌های ماهواره‌ای، فیلم‌ها و کتاب‌ها ضد دینی، برپایی همایش‌ها و تبلیغات گسترده برای انحراف مردم و به‌ویژه نسل جوان اشاره کرد؛ و این مطلب مصداقی است کنونی از آیه فوق.

مناسب است که در اینجا به مهمترین گناهان زبان اشاره کوتاهی کنیم:

۱- دروغ: «أَنَّمَا يَفْتَرِي الْكَذِبَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَ أَوْلَادِكَ هُمُ الْكَاذِبُونَ؛ فقط کسانی [به خدا و پیامبر] دروغ می‌بندند که به آیات خدا ایمان ندارند، و اینانند که دروغ گوی واقعی‌اند (نحل، ۱۰۵)

دروغ، ریشه بسیاری از رذایل اخلاقی و کلید گناهان نامیده شده است و به تعبیر روایات، کلید ورود به خانه‌ی گناهان و رذایل اخلاقی است. در بزرگی و شدت این عمل نکوهیده همین بس که مطابق برخی روایات، تنها گناهی است که به هیچ‌وجه از مؤمن سر نمی‌زند. این بدان جهت است که دروغ، از نفاق، ترس، منفعت‌طلبی و عدم باور به علم و عدالت خدا نشأت می‌گیرد و با انجام آن، پیکره‌ی اعتقادات دینی یک فرد به کلی متزلزل می‌گردد. از آثار شوم دروغ می‌توان به از بین رفتن اعتماد عمومی، ایجاد نفاق و دوربی و سست شدن باورهای مذهبی اشاره کرد. به همین دلیل است که در متون دینی، از دروغ به شوخی نیز نهی شده است. امام علی (ع) می‌فرماید: «لَا يَجِدُ الْعَبْدُ طَعْمَ الْإِيمَانِ حَتَّى يَتْرُكَ الْكِذْبَ هَزْلَةً وَجِدَّةً؛ بنده هیچ‌گاه طعم ایمان را نمی‌چشد تا آن‌که دروغ را ترک کند؛ چه شوخی و چه جدی.» هر چند در برخی مواقع به جهت برخی مصالح - که در روایات تبیین شده است - دروغ جایز، مستحب و یا واجب نیز دانسته شده است.

۲- غیبت: «وَلَا يَغْتَبُ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُّحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَ اتَّقُوا اللَّهَ؛ و از یکدیگر غیبت نکنید؛ آیا هیچ یک از شما دوست می‌دارد که گوشت برادر مرده خود را بخورد؟ پس آن را ناپسند می‌دارید و از خداوند پروا کنید.»

از مهم‌ترین بیماری‌های زبانی، غیبت است که حرام دانسته شده است. دین مبین اسلام، اهمیت فراوانی برای آبروی مؤمنان قائل شده است و به هیچ‌کس اجازه نداده است تا آبرو و حیثیت دیگران را به خطر اندازد. به همین دلیل، در اسلام از غیبت و بدگویی در نبود دیگران نهی شده است. این در حالی است که مترقی‌ترین جوامع حافظ حقوق انسان، هنوز به چنین حق بزرگی پی نبرده‌اند. قرآن غیبت را به مثابه آن می‌داند که کسی گوشت برادر مرده‌اش را بخورد. این تشبیه بیان‌گر این مطالب است که آبروی هر فرد چون گوشت تن او است و تجاوز به آبروی برادر دینی، مانند خوردن گوشت تن او - و در نتیجه، از بین رفتن وی - می‌باشد؛ به‌ویژه آنکه این تجاوز در غیاب وی باشد که قدرت دفاع از خود را نیز ندارد. بنابراین، همان‌گونه که نکوهیده‌ترین اعمال، خوردن گوشت هم‌نوعان - به‌ویژه برادر انسان - است و حتی حیوانات از انجام چنین عملی ابا دارند، غیبت نیز زشت و تنفرانگیز است. امام سجاد (ع) می‌فرماید: «إِيَّاكُمْ وَ الْغَيْبَةَ فَإِنَّهَا إِدَامُ كِلَابِ النَّارِ؛ از غیبت پرهیز کنید، زیرا غیبت خورش سگ‌های جهنم است.»

گوشت‌های بندگان حق خوری غیبت ایشان کنی کیفر بری

۳- سخن چینی: نمایی و سخن چینی از دیگر گناهان زبانی است که باید از آن اجتناب کرد. (همزه، آیه ۱) امام صادق (ع) در این باره می‌فرماید: از بزرگ‌ترین جادوها، سخن چینی است؛ زیرا با سخن چینی، میان دوستان جدایی می‌افتد، دوستان یکدل با هم دشمن می‌شوند، به واسطه آن، خون‌ها ریخته می‌شود، خانه‌ها ویران می‌گردد و پرده‌ها دریده می‌شود. سخن چین، بدترین کسی است که روی زمین راه می‌رود. (بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۲۱، ح ۱۴)

۴- لغو و بیهودگی: وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ؛ و [مؤمنان] کسانی [هستند] که از [هر گفتار و کردار] بیهوده و بی فایده روی گردانند. (۳) (مؤمنون، ۳)

یکی دیگر از آداب مرتبط با گفتار در اسلام، پرهیز از لغو و سخن بیهوده است؛ گرچه دایره عمل به آن، تنها در گفتار آدمی نمایان نمی شود و به رفتار او نیز سرایت می کند. این صفت پس از نماز گزاردن، مهم ترین صفت مؤمنان عنوان شده است. لغو، به هر گونه سخن، فعل و فکر بیهوده و بی پایه گفته می شود که انسان را از یاد خدا غافل و از تفکر صحیح باز می دارد. گفتن سخنان بیهوده در مجالس و یا فرستادن پیامک ها و یا ایمیل های بی فایده نیز در این زمره قرار دارد.

بنابراین، پرهیز از لغو، به این معناست که کلام و عمل خود را مزین به سنجیدگی و درایت نموده و کاری نکنیم که پشتوانه عقلانی ندارد و حکمتی بر آن استوار نیست. حضرت علی (ع) بارها فرمودند: «ای مردم، تقوا پیشه کنید که انسان عبث آفریده نشده تا بازی کند و به خود رها نشده تا یاوه بگوید.»

گفتن سخنان بیهوده در مجالس و یا فرستادن پیامک ها و یا ایمیل های بی فایده نیز در این زمره قرار دارد. حضرت علی (ع) بارها می فرمود: «ای مردمان تقوا پیشه کنید که انسان عبث آفریده نشده است تا بازی کند و به خود رها نشده تا یاوه بگوید.»

البته روشن است که دوری از لغو، به معنای چهره درهم کشیدن و زانوی غم در بغل گرفتن نیست؛ بلکه اسلام، شوخی و مزاح با مؤمنان و دوستان و نزدیکان را به شدت سفارش نموده است.

جهان را نه بیهوده آفریده اند تو را نه از پی بازی آورده اند

۵- اشاعه فحشاء: إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ (نور، ۱۹)

به یقین کسانی که دوست دارند که عمل زشت در میان کسانی که ایمان آورده اند گسترش پیدا کند برای آنها در دنیا و آخرت عذابی دردناک است، و خدا (عواقب شوم آن را) می داند و شما نمی دانید.

اشاعه فحشاء، از جمله گناهیانی است که متأسفانه امروزه -و با پیشرفت وسایل ارتباط جمعی- رواج زیادی یافته است. مقصود از فحشاء، هر نوع گناه آشکار و بزرگ می باشد. افشای اسرار و عیوب پنهانی دیگران، نه تنها موجب هتک حریم شخصی آنان می گردد؛ بلکه به گناه جنبه عمومی می دهد؛ یعنی بدبینی را در جامعه رواج داده؛ قبح بسیاری از گناهان را از بین برده و جامعه را در معرض ناامنی اخلاقی و بی حیایی قرار می دهد.

در حقیقت، اشاعه فحشاء، غیر مستقیم هنجارهای اخلاقی را نشانه رفته است. به همین دلیل، خداوند متعال نه تنها اشاعه کنندگان فساد؛ بلکه حتی دوستداران این عمل شوم را در دنیا و آخرت مشمول عذاب دردناک قرار داده است. پیامبر اسلام (ص) فرمود: «مَنْ أذَاعَ فَاحِشَةً كَانَ كَمُبْتَدِئِهَا؛ کسی که کار زشتی را منتشر سازد، مانند کسی است که آن را

در آغاز انجام داده است.» گفتنی است وجود توجیهاتی چون آزادی خبر و رسانه، آگاه‌سازی جامعه از صلاحیت افراد مسئول و ... دلیلی برای ارتکاب این گناه نمی‌باشد.

به بد گفتن خلق چون دم زدی اگر راست گویی سخن هم بدی

۶- **مسخره کردن:** یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللُّقَابِ بِنِسِ الْأَسْمِ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ای مؤمنان! هیچ گروهی گروه دیگر را به ریشخند نگیرد، بسا آنان از اینان بهتر باشند؛ و نه زنانی زانی دیگر را، بسا آنان از اینان بهتر باشند و از یکدیگر عیبجویی نکنید و (همدیگر را) با لقب‌های ناپسند مخوانید! پس از ایمان، بزهدکاری نامگذاری ناپسندی است و آنان که (از این کارها) بازنگردند ستمکارند. (حجرات، ۱۱)

از بزرگ‌ترین گناهان در اسلام مسخره و تحقیر دیگران است. قرآن کریم در آیه ۶۷ بقره تمسخر را صفت جاهلان می‌داند. زیرا از نظر اسلام، ملاک برتری انسان‌ها بر یکدیگر، تقواست و کسی جز خدا از میزان تقوای اشخاص آگاه نیست. بنابراین تنها کسی افراد دیگر را مورد طعنه قرار می‌دهد که فضل و مراتب انسان‌ها را از دریچه امتیازات موهوم و نابخردانه در دنیا بداند. این همان نهی از تمسخر در آیه بالاست.

شایان توجه است که در این آیه چند گونه جزئی برای مسخره کردن مطرح شده که نشان‌دهنده رواج بیشتر این نوع تمسخرها در میان مردم است: ۱- مسخره کردن اقوام دیگر؛ مانند تمسخر نژاد، قبیله، گویش یا شهر دیگران. ۲- مسخره کردن زنان نسبت به هم. ۳- صدا زدن افراد با لقب‌های ناپسند و خردکننده. پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «مَنْ أَدَلَّ مُؤْمِنًا أَدَلَّهُ اللَّهُ؛ کسی که مؤمنی را خوار شمارد، خدا او را ذلیل خواهد کرد.»

۷- **عیبجویی و سرزنش:** یکی از زشتی‌های زبانی و گفتاری عیب زدن و خردگیری نسبت به دیگران است. حضرت رسول (ص) در این باره هشدار می‌دهد و می‌فرماید: «گناه برای غیر گناهکار نیز شوم است، اگر گنهکار را سرزنش کند به آن مبتلا می‌شود، اگر از او غیبت کند گنهکار شود و اگر به گناه او راضی باشد، شریک وی است.»

۸- **جدال بیهوده (مراء):** از گناه گفتاری، جدال و مجادله (بگو مگوهای) باطل است و خداوند در آیاتی از چنین گفتاری بر حذر می‌دارد. (بقره، آیه ۱۹۷؛ هود، آیه ۳۲) البته جدال احسن که براساس امور معقول و مقبول باشد درست است و پیامبر (ص) به انجام آن مامور بوده است. (نحل، آیه ۱۲۵) پیامبر (ص) درباره ترک گناه گفتاری جدال و جدل می‌فرماید: من برای کسی که بگومگو را رها کند، هر چند حق با او باشد و برای کسی که دروغ گفتن را اگر چه به شوخی باشد، ترک گوید و برای کسی که اخلاقش را نیکو گرداند، خانه‌ای در حومه بهشت و خانه‌ای در مرکز بهشت و خانه‌ای در بالای بهشت ضمانت می‌کنم.

۹- **تهمت و افتراء:** تهمت و افتراء نیز از گناهان زبانی است که پیش از این گفته شد. همچنین افشای راز دیگران به‌ویژه در حوزه عرض و آبرو بسیار خطرناک و از گناهان بد زبانی است. پیامبر (ص) به افراد هشدار می‌دهد که رازهای دیگران را افشا نکنید: «هر کس عیب و زشتی برادر مسلمان خود را فاش کند، خداوند زشتی او را آشکار سازد، تا جایی که او را در درون خانه‌اش رسوا سازد.»

آن سخن های چو مار و کژدمت

مار و کژدم گردد و گیرد دمت

مهم ترین عوامل تهمت زدن، حسادت، ضعف و حقارت درونی و نیز جهالت و نابخردی است. مطابق آیات و روایات، خداوند مجازات بسیار سنگینی برای تهمتزنندگان در دنیا و آخرت قرار داده است.

امروزه با پیشرفت و گسترده‌گی وسایل ارتباط جمعی، گناه تهمت زدن اشکال تازه تری نیز به خود گرفته است. نمونه های آن را به راحتی می توان هر روز در جراید و مطبوعات و در ابعاد مختلف سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی مشاهده نمود.

۱۰- دشنام، اهانت و بدزبانی: فحش دادن و دشنام عملی زشت و گناه مسلم است و هرگز درخور اهل ایمان و انسان های خدا جو و با وقار و مودب به ادب اسلامی نمی باشد تا جایی که قرآن حتی از دشنام دادن به بت ها نیز نهی کرده است. (انعام، ۱۰۸)

مقابله به مثل در امثال این مورد که گناه و زشتی آن مسلم است، نیز شایسته مومن نیست، بهترین برخورد با آدم فحاش بی توجهی کریمانه به او است. قرآن کریم در صفات مومن می فرماید: «وَإِذَا مَرَّوَا بِاللَّغْوِ مَرَّوَا كِرَامًا؛ هنگامی که بالغو برخورد می کنند، کریمانه از آن عبور می کنند.» (فرقان، ۷۲)

اوّل از بد گوییِ مردم دهان را پاک کن بعد از آن بر گوشه دستارِ خود مسواک زن

فصل سیزدهم: مهارت دوستی و هم‌نشینی

بر کسی پوشیده نیست که انسان یک موجود اجتماعی است و نیاز به دوست و هم‌نشینی با دیگران دارد. از طرفی، چون دوست و هم‌نشین تأثیر زیادی در افکار و منش زندگی ما خواهد داشت، شناخت ویژگی‌های دوست مناسب و نامناسب بسیار ضروری به نظر می‌رسد.

با نگاهی به منابع اسلامی، سخنان پرمحتوا و قابل تأمل زیادی در این زمینه می‌بینیم که راهگشای نیاز امروز جامعه ما نیز هست. در کتب احادیث، صدها روایت درباره آداب دوستی و معاشرت با دیگران از پیامبر (ص) و ائمه معصومین (ع) نقل شده است. در این روایات، حتی طرز نشستن، سخن گفتن، تبسم کردن، مزاح نمودن، اطعام کردن و حتی طرز نگاه کردن به دوستان نیز مورد توجه قرار گرفته است.

در این فصل بنا داریم تا به برخی آیات و روایات درباره مهارت دوست‌یابی و هم‌نشینی مناسب اشاره کنیم:

موضوع ۸۷: ویژگی‌های دوست مناسب

وَ اصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ

زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تَطْعَمَنْ أَفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَ اتَّبِعْ هَوَاهُ وَ كَانَ أَمْرُهُ فُرْطًا

با کسانی باش که پروردگار خود را صبح و عصر می‌خوانند، و تنها رضای او را می‌طلبند! و هرگز بخاطر زیورهای دنیا، چشمان خود را از آنها برنگیر! و از کسانی که قلبشان را از یاد خود غافل ساختیم اطاعت مکن! همانها که از هوای نفس پیروی کردند، و کارهایشان افراطی است.

(کهف، ۲۸)

این یک حقیقت انکارناپذیر است که دوستی با افراد در روحیه و خلق انسان تأثیر می‌گذارد. امیر مؤمنان علی (ع) می‌فرماید: «دوست از نزدیکترین خویشاوندان است.» ایشان هم‌چنین در سفارش به فرزند خود می‌فرماید: «دوست تو مانند برادر واقعی توست؛ هر چند ممکن است برادر واقعی‌ات دوست تو نباشد.» در حدیث دیگری از پیامبر گرامی اسلام (ص) نیز وارد شده است: «هر کس به آیین و کیش دوستش می‌باشد؛ پس بنگرید با چه کسی دوستی و معاشرت می‌کنید.» این سه حدیث و بسیاری از احادیث دیگر در این زمینه، بیانگر اهمیت دوستی و مجالست با دیگران است؛ زیرا پیوند میان دو دوست را ریشه‌دار و تأثیرگذارتر از پیوند خویشاوندی می‌دانند.

به همین جهت، اسلام برای دوستی و انتخاب دوست، سفارش‌های زیادی دارد و دوستی با افرادی را تشویق و از دوستی با افرادی نهی کرده است.

برخی ویژگی‌های دوست مناسب در اسلام عبارت است از:

۱- **یاد خدا:** از پیامبر صلی الله علیه و آله پرسیدند: «بهترین دوست کیست؟» فرمود: «کسی که دیدارش شما را به یاد خدا بیندازد، و گفتارش به علم شما بیفزاید و کردارش یاد قیامت را در شما زنده کند.» خداوند در آیه بالا به رسولش فرمان می‌دهد که با مؤمنان و ذاکران حق همراه و ملازم باشد و از دوستی با غافلان پرهیز کند. خداوند در آیات دیگر نیز، مؤمنان را به هم نشینی و دوستی با یکدیگر دعوت نموده تا هم زمینه‌های ترغیب و تشویق یکدیگر به تقوا و صبر فراهم گردد و هم عواطف انسانی و نیاز انسان به همدم و هم نشین پاسخ داده شود. در آیه ۸۷ سوره توبه آمده است: «وَ الْمُؤْمِنُونَ وَ الْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ؛ وَ مردان و زنان با ایمان یار و دوستدار یکدیگرند.» در آیه ... سوره مریم نیز می‌خوانیم: «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا؛ کسانی که ایمان آورده و عمل صالح انجام دادند، خداوند برایشان الفت و محبت ایجاد خواهد کرد.»

دوستی خوب و مناسب، آن است که پایدار و ماندگار باشد. بسیاری از دوستی و محبت‌ها مجازی و مقطعی است؛ یعنی هدف از آن، هدفی پایدار و حقیقی نیست و انگیزه‌هایی چون زیبایی، مال، هوا و هوس، منفعت طلبی، پست و مقام و ... در آن دخالت دارد. از این رو، هنگامی که این جلوه‌های فریبنده رنگ می‌بازد، دوستان نیز پراکنده شده و

محبت‌ها از بین می‌رود. قرآن کریم تأکید می‌کند که هیچ چیز در جهان باقی نمی‌ماند؛ مگر آن چه «وجه الله» باشد و رنگ خدایی داشته باشد. (قصص/۸۸) به همین جهت است که دوستی مؤمنان با یکدیگر نیز پایدار می‌ماند؛ چون برای جلب رضایت خدا و در راستای محبت اوست. مؤمنان رضایت خداوند و محبت او را مقدم بر تمام دوستی‌ها و علائق خود قرار می‌دهند. (بقره/۱۶۵) در روز قیامت - که روز نفرت و فرار دوستان و بستگان از یکدیگر است - پرهیزکاران به دوستی با هم افتخار کرده و سرخوشند. آری! این معیار بسیار مناسبی برای انتخاب دوست است که ببینیم آیا در روز قیامت نیز به دوستی با او افتخار می‌کنیم؟!

هر دل که پریشان شود از ناله بلبل در دامنش آویز که با وی خبری هست

۲- **خردمندی:** از نظر اسلام، یکی از ویژگی‌های دوست خوب، داشتن عقل و خرد و بکار بستن آن در امور مختلف است. چنین دوستی، مشاوره مطمئن و تکیه گاهی قابل اعتماد است که انسان را از خطا و اشتباه بازمی‌دارد. در روایات متعدد بر هم نشینی با دوستان خردمند تأکید شده است. امام علی (ع) (علیه السلام می‌فرماید: «هم نشینی با دوست خردمند، حیات بخش جان و روح است.» این ویژگی به قدری دارای اهمیت است که در روایات زیادی، نداشتن دوست بهتر از دوست نادان است؛ حتی امیر المؤمنین (ع) در حدیث قابل تأملی فرموده است: «دشمن عاقل و خردمند بهتر از دوست احمق است.»

دوستی با مردم دانا نکوست دشمن دانا به از نادان دوست

دشمن دانا بلندت می‌کن بر زمینت می‌زند نادان دوست

راستگویی و امانت‌داری: قرآن کریم دوستی با پرهیزکاران را پایدار دانسته و همراهی با راستگویان را توصیه می‌کند. (توبه، ۱۱۹)

راستگویی امر مهمی در دوستی با افراد است؛ چرا که سبب ارتقاء روحیه صداقت در فرد می‌شود. نوشته‌اند: مردی بسیار به امام حسن (ع) علاقه داشت. روزی از امام خواست که اجازه دهد تا با او دوستی کند. امام حسن (ع) پاسخ مثبت داد و فرمود: «من تو را به دوستی خود بر می‌گزینم؛ اما چند شرط دارد که باید در دوستی با من رعایت نمایی.» مرد گفت: «هر چه باشد می‌پذیرم.» امام فرمود: «اگر می‌خواهی با من دوست باشی، نباید مرا مدح نمایی؛ زیرا من خود را بهتر از تو می‌شناسم؛ و نیز مبادا به من دروغ بگویی؛ زیرا دروغ هیچ ارزش و اعتباری ندارد؛ و مبادا نزد من از کسی غیبت نمایی.» آن مرد با خودش فکر کرد و دید که نمی‌تواند این شروط را برآورده سازد. به همین دلیل، به امام گفت: «ای فرزند رسول خدا! به من اجازه بده تا باز گردم.» امام با لبخندی فرمود: «اگر این گونه می‌خواهی اشکالی ندارد.»

۳- **کمک در گرفتاری‌ها:** یکی از مهم‌ترین معیارهای دوستی این است که دوست انسان با معرفت و با مرام باشد و در هنگام سختی و مشکلات به یاری انسان برخواسته و هر کاری از دستش برمی‌آید انجام دهد. حضرت علی علیه السلام فرمود: هنگامی که قدرتت از بین رفت، رفقای واقعی تو از دشمنان شناخته می‌شوند. امام صادق نیز فرمود: «دوستانان را به دو خصلت آزمایش کنید، اگر دارای آن دو خصلت نباشند از آن‌ها دوری گزینید. آن دو خصلت عبارتند از: «خواندن نماز در وقتش و نیکی به دوستان در سختی و رفاه.»

دوست آن باشد که گیرد دست دوست در پریشان حالی و درماندگی

۴- رعایت احترام و ادب:

بسیاری از افراد هنگامی که با کسی صمیمی می‌شوند، این تصور را دارند که دیگر می‌توانند آداب و احترامی را برای دوست خود در نظر نگیرند و به اصصلاح خودمانی و راحت باشند. این در حالی است که احترام و ادب نسبت به دوست صمیمی اهمیت بیشتری دارد؛ زیرا او حقوق بیشتری نسبت به ما دارد.

۵- **پند و خیرخواهی:** بدون تردید، یکی از بهترین صفات دوست خوب این است که نسبت به ما دلسوز باشد و عیوب ما را با زبان خوش تذکر دهد. معنای این حدیث مشهور که «المؤمن مرآة المؤمن» همین نکته است که مؤمنان مثل آینه هستند و بازتاب نقاط قوت و ضعف ما می‌باشند. امام علی (ع) فرمود: «بهترین دوست من کسی است که عیب‌هایم را به من هدیه دهد.» البته عیبجویی صفت خوبی نیست و یکی از صفات دوست ناشایست این است که در دیگران به دنبال عیوب و نقائص آنان باشد. چنین دوستی هیچگاه نخواهد توانست آینه شفاف برای دیگران باشد؛ چون خودش دچار زشتی و عیب است.

با زشت روی، آینه را رو برو مکن

اوقات صرف دوستی عیبجو مکن

موضوع ۸۸: ویژگی‌های دوست نامناسب

و يَوْمَ يَعِضُ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلاً (فرقان ۲۷) يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ

أَتَّخِذُ فُلَانًا خَلِيلاً (فرقان ۲۸) لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَذُولاً

و روزی که ستمکار (مشرک) دو دست خود را (از روی حسرت) به دندان می‌گزد و می‌گوید: ای کاش با پیامبر همراه می‌شدم.

(۲۸): ای وای بر من! کاش فلانی را دوست خود نمی‌گرفتم. (۲۹): رفیق من بعد از آن که حق از طرف خدا برای من آمد، مرا

گمراه ساخت. و شیطان برای انسان مایه گمراهی و خواری است.

(فرقان، ۲۷ تا ۲۹)

در گفتار قبل به برخی ویژگی‌های دوست شایسته اشاره کردیم. مناسب است در اینجا به ویژگی‌های دوست بد هم اشاره کنیم. این مطلب از جایی اهمیت دو چندان پیدا می‌کند که بدانیم مقدمه دوستی با افراد خوب و پیدا کردن آنها، ترک دوستی و معاشرت با افراد ناباب است.

دیو چو بیرون رود فرشته درآید

خلوت دل نیست جای صحبت اغیار

مهم‌ترین خصلت دوستان ناشایست در قرآن کریم، این است که همراهان خود را از یاد خدا غافل کرده و به سوی بطالت و بیهودگی سوق دهند. آیه بالا حکایت سخن کسانی است که در روز قیامت از دوستان خود با افراد ناباب تأسف خورده و ندای حسرت سر می‌دهند. از امیرالمومنین علی (ع) سوال شد: «کدام دوست بد است؟ فرمود: «کسی که معصیت خدا را برای تو زیبا جلوه دهد.»

یکی از پایه‌های اصلی ایمان و دینداری، توکی و تبری است؛ یعنی دوست داشتن مؤمنان برای رضای خدا و دشمنی با کافران برای خدا. بر اساس این اصل دینی، محبت و دوستی با افراد باید موافق جهان‌بینی کلی ما باشد و نمی‌توان هر کسی را دوست داشت؛ حتی اگر مخالف دیدگاه‌های اصلی و نگرش ما باشد. به عبارت دیگر، نشانه مؤمنین واقعی این است که معیار دوستی و دشمنی خود را رضای خداوند قرار می‌دهند. آنان هیچگاه دشمنان خدا و رسول او را دوست خود قرار نمی‌دهند: «لَا تَجِدُ قَوْمًا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ؛ هِيَ قَوْمِي رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَئِكَ حِزْبُ اللَّهِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ اللَّهِ» (مجادله، ۲۲)

خداوند در آیه اول سوره ممتحنه نیز مؤمنان را از دوستی با دشمنان خودش نهی می‌کند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا عَدُوِّي وَعَدُوَّكُمْ أَوْلِيَاءَ تُلْقُونَ إِلَيْهِم بِالْمَوَدَّةِ وَقَدْ كَفَرُوا بِمَا جَاءَكُمْ مِنَ الْحَقِّ؛ أَي كَسَانِي كِه اِيْمَانِ آوَرْدِه اِيْد! دَشْمَن مَن وَ دَشْمَن خُوْدَتَان رَا دُوْسْت نَكْغِيْرِيْد. شْمَا بِه اَنَان اِظْهَار مَحْبَت مِي كْنِيْد؛ دَر حَالِي كِه اَنهَا بِه اَنچِه اَز حَق بَرَاي شْمَا اَمْدِه، كَاْفَر شْدِه اَنْد.» تَرْدِيْدِي نِيْسْت كِه اِيْن دُوْسْتِي بِه سِيْاسْت خَارْجِي حُكُوْمْت اِسْلَامِي هَم بَرْمِي كَرْدَد كِه نَبَايْد بِه سَمْت دَشْمَنان دِيْن وَ حُكُوْمْت اِسْلَامِي، دَسْت دُوْسْتِي دَرَاْز كَرْدِه وَ طَرَح اَشْتِي وَ صِلْح بَرَقْرَار سَاْزَنْد. قُرْآن دَر اِيْه ۱۱۲ سُوْرِه اَنْعَام، مَخَالْفَان تَعَالِيْم دِيْن رَا شَيْطَان خُوْانْدِه وَ دَر اِيْآت زِيَادِي، اِيْن اَصْل رَا بَرَاي مُسْلِمَانان ياد آوَرِي كَرْدِه كِه اَز دُوْسْتِي

با کافران - چه به صورت شخصی و چه به صورت حکومتی - خودداری کنند؛ مانند بقره، ۱۲۰ و آل عمران، ۲۸ و ۱۱۸ و ۱۱۹ و مجموع سوره ممتحنه:

ای بسا ابلیسِ آدمِ رو که هست پس به هر دستی نباید داد دست

اما برای اینکه به اختصار به ویژگی‌های دوست ناباب از منظر دینی اشهر کنیم، خوب است چند روایت جامع و ناب را در این زمینه معرفی کنیم:

امام سجاد (ع) می‌فرماید: «ای فرزندم، با پنج گروه رفاقت نکن: از رفاقت با دروغ‌گو پرهیز؛ زیرا او مانند سراب است که نزدیک را دور و دور را نزدیک جلوه می‌دهد. و از دوستی با گناهکار اجتناب کن؛ زیرا تو را به یک لقمه یا کم‌تر می‌فروشد. از رفاقت با بخیل خودداری کن؛ زیرا تو را در زمانی که نیاز به او داری، رها می‌کند. و از رفاقت با نادان پرهیز؛ زیرا او می‌خواهد به تو نفع رساند، اما ضرر می‌رساند. و از دوستی با کسی که از خویشاوندانش بریده، دوری کن؛ زیرا او را در قرآن ملعون یافته‌ام.»

تا توانی می‌گریز از یار بد یار بد بدتر بود از مار بد

مار بد تنها تو را بر جان زند یار بد بر جان و بر ایمان زند

موضوع ۸۹: ویژگی‌های مجالس مناسب و نامناسب

وَقَدْ نَزَلَ عَلَيْكُمْ فِي الْكِتَابِ أَنْ إِذَا سَمِعْتُمْ آيَاتِ اللَّهِ يُكْفَرُ بِهَا وَيُسْتَهْزَأُ بِهَا فَلَا تَقْعُدُوا مَعَهُمْ حَتَّى
يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ إِنَّكُمْ إِذَا مِثْلُهُمْ إِنَّ اللَّهَ جَامِعُ الْمُنَافِقِينَ وَالْكَافِرِينَ فِي جَهَنَّمَ جَمِيعًا

و خداوند (این حکم را) در قرآن بر شما نازل کرده که هر گاه بشنوید افرادی آیات خدا را انکار و استهزا می‌کنند، با آنها ننشینید تا به سخن دیگری پردازند! و گر نه، شما هم مثل آنان خواهید بود. خداوند، منافقان و کافران را همگی در دوزخ جمع می‌کند.

(نساء، ۱۴۰)

الف- ترک مجالس گناه‌آلود: ورود و نزدیک شدن به برخی مراکز نظامی و صنعتی به خاطر حفظ اسرار و نیز خطر احتمالی، ممنوع است. از این جهت برای آن مناطق، حریمی می‌گذارند تا هیچ کس به آن نزدیک نشود. درباره گناهان نیز همین‌طور است. نزدیک شدن و ورود به حریم نافرمانی خدا ممنوع است. حضور در مجالس معصیت، هرچند به صورت تماشاگر باشد، از همین جهت حرام است؛ چون هم مایه تقویت کفر و جرأت گنهکار به گناه می‌شود و هم فرد را در یک قدمی گناه قرار می‌دهد؛ زیرا تأثیر ناخودآگاه شرکت در مجالس گناه‌آلوده بر روح و روان فرد انکارناشدنی است. امام علی(ع) در حدیثی، مجالست با افراد بدطینت و شرور را همانند عبور باد بر چیزهای بدبو و متعفن می‌داند که بوی آن را با خود جابجا می‌کند.

با بدان منشین که صحبت بد گرچه پاکی، تو را پلید کند

آفتاب بدین بزرگی را پاره‌ای ابر ناپدید کند

از این رو، قرآن کریم بارها به مؤمنان گوشزد نموده که از مجالس غفلت دوری کرده و با مؤمنان هم نشین شوند. این دستور و حکمت آن در آیه بالا به خوبی انعکاس یافته است. مشابه این فرمان، در آیه ۶۸ سوره انعام نیز خطاب به پیامبر گرامی اسلام (ص) آمده است: «وَإِذَا رَأَيْتَ الَّذِينَ يَخُوضُونَ فِي آيَاتِنَا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ وَإِمَّا يُنسِيَنَّكَ الشَّيْطَانُ فَلَا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرِى مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ؛ و چون کسانی را دیدی که در آیات و نشانه‌های ما به هرزه‌گویی می‌پردازند، از آنها روی برتاب تا در سخنی دیگر وارد شوند؛ و اگر شیطان از یادت برد، پس از یادآوری با گروه ستم‌کاران منشین.» (انعام، ۶۸)

هم‌چنین خداوند در آیه ۴۰ سوره مدثر، از زبان اهل دوزخ یکی از عوامل گمراهی آنان را شرکت در مجالس غفلت و هم‌نشینی با آنان بیان می‌کند.

از آیات و احادیث مورد بحث، باید به خوبی پند بگیریم که از مجالس شراب و قمار، رقص و عروسی‌هایی که با ساز و آواز همراه است و محافلی که در آن، پشت سر افراد بدگویی می‌شود و جشن‌هایی که با حرام آمیخته است، کاملاً

بپرهیزیم تا بتوانیم از بندگان صالح خدا باشیم. امام صادق (ع) فرمود: «هرگز شایسته نیست که فرد با ایمانی در مجلسی بنشیند که در آن، خدا را نافرمانی می کنند و او قادر بر جلوگیری نیست.»

ترک مجالست با اهل لهو و غفلت، از آن رو اهمیت دارد که روح انسان را از تأثیرات محیط آلوده پیرامونش حفظ و او را به مجالس عبادت و علم و دعا نزدیک تر می کند. امیرالمؤمنین ع فرمود: «همه بدی ها در مجالست با هم نشین بد است.»

اگر خلوت همی خواهی ز نااهلان بپُر صحبت که از دام زبون گیران به عزلت رسته شد

ب- شرکت در مجالس مفید: انسان به اقتضای اجتماعی بودن خود ناگزیر به هم نشینی و مجالست با هم نوع خود است و چون تأثیر این هم نشینی بر روح و روان و رفتارهای ناخود آگاه او زیاد است، پس باید به مجالس مفید رفته و خود را در محیط پاک و شایسته قرار دهد.

دو نمونه از مهمترین مجالس مناسب از نظر گاه اسلام عبارت است از:

۱- مجالس دینی: تردیدی نیست که شرکت در مجالس مذهبی و یاد خداوند، عملی نیکو و پسندیده و مورد تأکید زیاد پیشوایان دین می باشد. پیامبر خدا فرمود: «مجالس سه گونه است: مجالس مفید و سالم و پزمرده؛ مجلس سودمند، مجلسی است که در آن یاد خداوند شود؛ مجلس سالم، آن است که به سکوت بگذرد؛ و مجلس پزمرده، محفلی است که در آن حرف های بیهوده زده شود.»

امروزه شرکت در مجالس دینی و مذهبی یک ضرورت برای حفظ جوانان و فرزندان است؛ مجالسی مانند جلسات خانگی قرآن و دعا و هیئات مذهبی و سخنرانی های دینی و آموزش احکام و ... نقش بسیار مهمی در شکل گیری شخصیت فرزندان و جوانان و زنان و مردان دارد.

۲- مجالس علمی: هم نشینی با عالمان وارسته و شرکت در مجالس علمی، بسیار مهم و تأثیرگذار بوده و غفلت را از جان و دل آدمی می رباید. فایده هم نشینی با این عالمان تنها بهره گیری از علم و دانش آنان نیست؛ بلکه در افزایش شخصیت و الگوگیری عملی و دوری از سبکسری و نیز، بالا رفتن حلم و ادب نیز تأثیرگذار است. امام سجاد در دعای ابو حمزه ثمالی یکی از دلایل کم توفیقی برای گریه و مناجات با خدا را هم نشینی با افراد علف و بی هدف و ترک مجالس علما دانسته است. به همین دلیل، در روایات بسیاری هم نشینی و مذاکره با عالم از ثواب یک سال عبادت برتر دانسته شده است. پیامبر اکرم خطاب به ابوذر غفاری فرمود: یک ساعت گفتگو با عالم نزد خداوند از یک سال نماز و روزه و شب زنده داری محبوب تر است.»

گفتنی است قرآن کریم یکی از آداب مجالس را احترام علما دانسته و از مؤمنان می خواهد تا جاهای بهتر مجالس خود را به علما بدهند. (مجادله، ۱۱)

موضوع ۹۰: آداب مهمانی و مجالست

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! هنگامی که به شما گفته شود: «مجلس را وسعت بخشید (و به تازه‌واردها جا دهید)»، وسعت بخشید، خداوند (بهشت را) برای شما وسعت می‌بخشد؛ و هنگامی که گفته شود: «برخیزید»، برخیزید؛ اگر چنین کنید، خداوند کسانی را که ایمان آورده‌اند و کسانی را که علم به آنان داده شده درجات عظیمی می‌بخشد؛ و خداوند به آنچه انجام می‌دهید آگاه است!

(مجادله، ۱۱)

در ضمن موضوعات فصل یازدهم گفتیم که قرآن به صله رحم و دید و بازدیدهای خانوادگی سفارش کرده است. در اینجا نیز یادآور می‌شویم که دعوت از مهمان و اکرام او یکی از مفیدترین مجالس و آداب در دین مبین اسلام است. در فواید مهمانی دادن همین بس که رسول گرامی اسلام (ص) فرمود: «مهمان که می‌آید، روزی خویش را هم با خود می‌آورد. وقتی مهمان می‌آید، برای صاحب خانه خیر و برکت می‌آورد، وقتی هم می‌رود، گناهان صاحب خانه بخشیده می‌شود.»

به چشم زنده دلان، خوشتر است خلوت گور ز خانه‌ای که در آن میهمان نمی‌آید

برخی از آیات قرآن به آداب هم‌نشینی و مجالست اشاره نموده است. آداب تحیت و ورود در مجلس، آداب مهمانی و میزبانی، توجه به موضوع سخن و پرهیز از نجوای شیطانی، احترام به افراد با فضیلت و پیشگام در ایمان و علم از جمله این آداب است. آیات ۲۴ تا ۲۷ ذاریات، ۲۷ و ۲۸ نور، ۵۳ احزاب، ۹ و ۱۱ مجادله برخی آداب مهمانی و مجالست را بیان می‌کند. در این گفتار به برخی از این آداب و آیات مورد نظر آن از نگاه قرآن کریم، اشاره مختصری خواهیم داشت:

- انسان هر دعوتی را قبول نکند؛ به‌ویژه اگر مجالس گناه‌آلود و اسراف‌گرایانه و تجملاتی است: (این موضوع از آیه ۲۸ سوره کهف قابل برداشت است که پیشتر به اشاره کردیم).

- اگر کسی در منزل نبود یا شرایط برای اهل خانه مساعد نبود، برگردد: «وَإِنْ قِيلَ لَكُمْ ارْجِعُوا فَارْجِعُوا هُوَ أَزْكَى لَكُمْ» (نور، ۲۸)

- با اجازه و اذن وارد شده و سعی کند بی‌دعوت جایی نرود. «وَلَكِنْ إِذَا دُعِيتُمْ فَادْخُلُوا» (احزاب، ۵۳)

- میزبان تا می‌شود مهمان را از در خانه خود نراند: «فَأَبُوا أَنْ يُضَيَّفُوهُمَا» (کهف، ۷۷) این عبارت در نکوهش اهل قریه‌ای گفته شده که موسی و خضر را به مهمانی دعوت نکردند.

- بدون توقع و منت میزبانی کند: «إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكْرًا» (انسان، ۹)
- مهمان در ابتدا بر اهل منزل سلام و درود بفرستد: «فَإِذَا دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَىٰ أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةٌ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبَارَكَةٌ طَيِّبَةٌ» (نور، ۶۱)
- چشم مهمان فقط به دنبال غذا خوردن نباشد: «غَيْرَ نَاطِرِينَ إِنَاهُ» (احزاب، ۵۳)
- میزبان در عین پرهیز از سخت گیری بر خود و خانواده، از مهمان به خوبی و سخاوتمندانه پذیرایی کند: «فَمَا لَبِثَ أَنْ جَاءَ بِعِجْلٍ حَنِيذٍ» (هود / ۶۹)
- پذیرایی سریع صورت بگیرد: (همان)
- در مهمانی و پخت غذا اسراف و ریخت و پاش صورت نگیرد: «وَأْتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا» (اسراء، ۲۶)
- در دعوت کردن به فامیل توجه بیشتری شود: (آیه قبل)
- در دعوت کردن به محرومان و تنگدستان و آنان که زمینه هدایت پذیری دارند، توجه بیشتری شود: (آیه قبل و آیات ابتدایی سوره عبس)
- مهمان از صحبت در گوشی و پنهانی با فرد دیگر پرهیز کند: «إِنَّمَا النَّجْوَىٰ مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا» (مجادله، ۱۰)
- به ارتباطات محرم و نامحرم توجه شده و تا امکان دارد زن و مرد از هم جدا باشند: «وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَسْأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ» (احزاب، ۵۳)
- مهمان، سخن را طولانی نکرده و جانب میزبان را رعایت کند: «فَإِذَا طَعِمْتُمْ فَانْتَشِرُوا وَلَا مُسْتَأْنِسِينَ لِحَدِيثٍ» (احزاب، ۵۳)
- مهمان در هنگام نشستن، در صورت کمبود جدا تنگ تر نشسته و به دیگران جا بدهد: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ» (مجادله، ۱۱)
- مهمان احترام بزرگان را رعایت کرده و جای بالای مجلس را به آنان بدهد: «وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ» (مجادله، ۱۱)
- مهمانی برای ریا و تفاخر و چشم و هم چشمی و ... نباشد: (آیاتی که در ردّ تفاخر و چشم و هم چشمی آمده؛ مثل آیه ۲۰ سوره حدید، آیه ۱۳۱ سوره طه و آیات ابتدایی سوره تکاثر)
- در مهمانی یاد خدا صورت بگیرد: «وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ» (کهف، ۲۸)

- از غیبت و دروغ و شایعه پراکنی و بددهنی و طعنه و تمسخر و ... دوری شود: «وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ» (اعراف، ۲۰۵) و آیات در نکوهش گناهان زبان که در فصل قبل اشاره شد.

در پایان ذکر این نکته را شایسته می‌دانیم که بهترین نمونه برای شناخت مجالس مفید، مجالس بهشتیان است. هنگامی که در قرآن کریم آیات مربوط به توصیف اهل دوزخ و بهشت را مطالعه می‌کنیم، به تفاوت‌های متعددی برمی‌خوریم که برگرفته از روایات و خلیقات این دو گروه است. یکی از این تفاوت‌ها مکالماتی است که در جهنم و بهشت میان اهالی آن رخ می‌دهد. اهل دوزخ پیوسته یکدیگر را با بدنامی و ناسزا و بدگویی خطاب قرار داده و به جان هم افتاده و همواره مخاصمه و دشمنی دارند: سوره صاد، آیات ۶۲ تا ۶۴ و سوره اعراف، آیه ۳۸ و نیز آیات دیگر قرآن از این حقیقت پرده بر می‌دارد.

ولی اهل بهشت جز با نیکی با هم سخن نگفته و سخن لغو و گناه و بیهوده‌ای از آنان سر نمی‌زند: «لَا يَسْمَعُونَ فِيهَا لَغْوًا وَ لَا تَأْتِيهِمْ * إِلَّا قِيلًا سَلَامًا سَلَامًا؛ در آن باغ‌های بهشت نه لغو و بیهوده‌ای می‌شنوند و نه سخنان گناه‌آلود * تنها چیزی که می‌شنوند، «سلام» است، «سلام». (واقعیه، ۲۵ و ۲۶)

هم‌چنین در آیه ۱۰ سوره یونس آمده است: «دَعَوَاهُمْ فِيهَا سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَ تَحِيَّتُهُمْ فِيهَا سَلَامٌ وَ آخِرُ دَعْوَاهُمْ أَنْ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ؛ گفتار آنها در بهشت این است که: «خداوندا، منزهی تو!» و تحیت آنها در آنجا: سلام؛ و آخرین سخنشان این است که: «حمد، مخصوص پروردگار عالمیان است.»

در این دو آیه بالا به یکی از صفات اهل بهشت اشاره شده که در مجالس خود همواره خدا را ستایش کرده و از فضل و رحمت وی سخن می‌گویند. آنان این ویژگی را از دنیا با خود به ارث برده‌اند.

فصل چهاردهم: مهارت همسر داری

فایده و کارکرد خانواده به عنوان اولین و مهم‌ترین اجتماع انسانی برای کسی پوشیده نیست. از این رو، حوزه‌های پژوهشی و کارشناسی فراوانی به این موضوع پرداخته و راه کارهای متعددی برای تقویت بنیان خانواده و ارتقاء اثر تربیتی آن ارائه نموده‌اند. خدای سبحان، در آیه ۲۱ سوره مبارکه نساء، از پیوند ازدواج که موجب تشکیل خانواده می‌شود به «میثاق غلیظ» یا پیمان محکم یاد نموده است. رسول گرامی اسلام نیز تشکیل خانواده را محبوب‌ترین و عزیزترین بنا نزد خدای سبحان توصیف کرده است: «مَا بُنِيَ فِي الْإِسْلَامِ بِنَاءٌ أَحَبُّ إِلَيَّ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ وَأَعَزُّ مِنَ التَّزْوِيجِ؛ هیچ ساختمانی در اسلام گرامی‌ترین و مستحکم‌تر از ازدواج و تشکیل خانواده نیست.»

بخش عمده‌ای از دستورات دینی هنگامی در فرد نهادینه می‌شود که وی در بستر خانواده‌ای دیندار و پویا رشد کرده باشد. متأسفانه تأثیرگذاری زیاد فرهنگ غربی بر خانواده‌های امروزی سبب شده تا این نهاد اجتماعی مهم بسیاری از کارکردهای خود را از دست داده یا کم‌رنگ ببیند.

در معتبرترین متون دینی، راه کارهای فراوانی برای کارآمدی خانواده و استحکام بخشی به آن ذکر شده است. در این فصل بر آنیم تا در قالب مختصر و گویا، بخشی از این تعالیم راهگشا را ذکر کنیم:

موضوع ۹۱: وفاداری و غیرت

وَالَّذِينَ هُمْ لِأَعْتَابِهِمْ حَافِظُونَ (۲۹) إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ

(۳۰) فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ (۳۱)

و آنها که دامان خویش را از بی‌عفتی حفظ می‌کنند. (*) و آمیزش جنسی جز با همسران و کنیزان (که در حکم همسرند) ندارند ولی در بهره‌گیری از اینها مورد سرزنش نخواهند بود. (*) و هر کس ما وراء این را طلب کند متجاوز است.

(مؤمنون، ۲۹ تا ۳۱)

اسلام به عنوان جامع ترین برنامه سعادت بشر، به قوای غریزی انسان توجه نموده و در صدد تعدیل و بهره مناسب از آن برآمده است. یکی از این غرایز، میل جنسی و شهوت است که ارضاء آن از راه ازدواج مشروع است. ازدواج سبب ایجاد الفت و آرامش در انسان ها، تولید نسل، حفظ جامعه از فساد اخلاقی، افزایش امید و نشاط در زندگی و بسیاری فواید دیگر می گردد. به همین جهت، اسلام جوانان را به ازدواج و پیروی از سنت رسول خدا فراخوانده است. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «هر کس ازدواج کند، نیمی از دینش را حفظ کرده است؛ پس در نیم دیگر از خدا پروا کند.»

آیه بالا یکی از صفات مؤمنان را مورد تمجید قرار می‌دهد که به همسران خود وفادارند و تنها از راه مشروع به ارضاء غرایز جنسی خود می‌پردازند. وفاداری مؤمن به همسرش تا حدی است که به فرموده قرآن حتی در بهشت نیز دوست دارد همدم او باشد و این نعمت به وی عطا خواهد شد. (آیه ۵۶ سوره یس)

وفاداری مفهومی گسترده‌ای دارد، ولی مقصود ما از این واژه در روابط میان زوجین، تعهد متقابل آن دو در اخلاق جنسی است؛ به نحوی که در امور جنسی از بیگانه چشم‌پوشند و ارضای نیازهای خود را در چارچوب خانواده و در کنار همسر خود جستجو نمایند.

بر کسی پوشیده نیست که یکی از جدی‌ترین آسیب‌های خانواده در دنیای امروز، رواج خیانت‌های زوجین نسبت به یکدیگر و بی‌میلی در روابط زناشویی است. فرهنگ نادرست آزادی و بی‌بند و باری سبب شده تا حریم عفت و غیرت در بسیاری از این خانواده‌ها دریده شده و پایه‌های خانواده از جهات گوناگون دچار تزلزل شود. بدون شک، وفاداری زوجین به یکدیگر در امور جنسی، وابستگی آن دو را به یکدیگر زیاد می‌کند و آنان را پایبند به خانواده نگه می‌دارد و در مقابل، روابط آزاد جنسی، «کاهش وابستگی زوجین به یکدیگر» و سستی بنیان خانواده را به دنبال دارد. به همین دلیل، دین اسلام مقررات دقیق و به ظاهر سخت‌گیرانه‌ای در حفظ روابط با نامحرم در پیش گرفته تا اصل وفاداری زوجین نسبت به هم تحت تأثیر قرار نگیرد. در گفتار بعد به چند نمونه از این مقررات اشاره خواهیم کرد.

در اینجا به این نکته بسنده می‌کنیم که خصلت نیک وفاداری نه تنها در عمل؛ بلکه حتی در ذهن و خیال هم باید وجود داشته باشد. متأسفانه بسیاری از مردان یا زنان با مشاهده مشکلات زندگی مشترک و برخی خصایص ناپسند شریک زندگی خود، بلافاصله دست به مقایسه می‌زنند. یا همسران دیگر را به رخ همسر خود کشیده و با او می‌سنجند و یا

گزینه‌های قبلی در ازدواج را یادآوری کرده و پیوسته از انتخاب بدشان ابراز پشیمانی می‌کنند. این افراد باید بدانند که وقت انتخاب تمام شده و اکنون وقت زندگی است. هیچ زندگی هم بدون مشکل نیست و ما فقط ظاهر زندگی دیگران را می‌بینیم. قرآن کریم یکی از توصیفات زنان بهشتی را این می‌داند که جز به شوهر خود چشم ندوخته و فقط به او عشق‌ورزی می‌کنند؛ گویی شوهرشان همه وجودشان است: «وَعِنْدَهُمْ قَاصِرَاتُ الطَّرْفِ عِينٌ؛ و نزد آنها همسرانی زیبا چشم است که جز به شوهران خود عشق نمی‌ورزند.» (صافات، ۴۸)

ذکر این نکته ضروری است که از موارد مؤثر بر میزان خیانت عملی و فکری همسران، رسانه‌های تصویری و ارتباطی جدید است. فیلم‌ها، سریال‌ها، شبکه‌های مجازی، اینترنت و ماهواره نقش مخربی در ریخته شدن قبح خیانت به همسر و ترویج بی‌حیایی دارند. وقتی زن و یا شوهر، پای ماهواره، فیلم‌های مبتذل و یا سایت‌های مستهجن را به خانواده‌شان باز می‌کنند، عملاً فروپاشی عفت و غیرت و رابطه زناشویی گرم میان خود را کلید زنده‌اند.

در پایان بر این مطلب هم تأکید می‌کنیم که نقش مردان در افزایش وفاداری زوجین نسبت به هم بسیار بیشتر از زنان است؛ زیرا می‌توانند از بیشتر زمینه‌های خیانت جلوگیری کنند. اگر مردی دارای غیرت باشد، هیچ‌گاه اجازه نخواهد داد تا ناموسش در معرض انظار عمومی آرایش کرده و دلفریبی کند. به همین دلیل، در بسیاری از روایات، غیرت یکی از نشانه‌های مردان مؤمن و از ضروریات زندگی زناشویی دانسته شده است. صفت غیرت در انسان، مانند پاسبانی است که موجب ثبات خانواده می‌گردد و غیرتمند با تعصب و حمیت و حفظ نوامیس خود، جلوی انحراف‌های احتمالی را خواهد گرفت. امام علی (ع) در حدیثی ناب می‌فرماید: «عفت مرد به اندازه غیرت اوست.» بر اساس این حدیث، مردانی که اجازه می‌دهند همسرشان با وضع نامناسب در انظار عمومی حاضر شود، خود نیز چنین رابطه‌ای را با زنان دیگر برقرار کرده و به همسرشان وفادار نیستند. امام علی (ع) هنگامی که از بی‌غیرتی برخی مسلمانان خبردار شد، خطاب به آنان فرمود: «ای مردم عراق، خبر دار شدم که زنان شما در خیابان‌ها به مردان تنه می‌زنند، آیا حیا نمی‌کنید؟!»

غیرت‌ورزی در میان انبیاء و اولیاء یک خصلت ثابت و پایدار بود. نمونه این غیرت‌ورزی در قرآن برای حضرت ایوب ذکر شده است. خداوند آن حضرت را به انواع بلاها امتحان کرد و او صبر کرد؛ اما هنگامی که شنید همسرش برای امرار معاش، گیسوان خود را فروخته، به قدری ناراحت شد که تاب این مصیبت را نیاورد. (آیات ۴۱ تا ۴۴ سوره صاد) البته این مطلب هم فراموش نشود که نباید به اسم غیرت، زنان را از حقوق طبیعی خود محروم کرده و سبب محدودیت‌های نابجا برای آنان شد.

موضوع ۹۲: عفت و پاکدامنی

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ بَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَ يَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ (۳۰)
وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ بَعْضُنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَ يَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَ لَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَ
لِيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ وَ لَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ ...

به مردان باایمان بگو چشمهای خود را (از نگاه به نامحرمان) فروگیرند، و عفاف خود را حفظ کنند؛ این برای آنان پاکیزه‌تر است؛ خداوند از آنچه انجام می‌دهید آگاه است! و به زنان با ایمان بگو چشمهای خود را (از نگاه هوس‌آلود) فروگیرند، و دامان خویش را حفظ کنند و زینت خود را- جز آن مقدار که نمایان است- آشکار نمایند و (اطراف) روسری‌های خود را بر سینه خود افکنند (تا گردن و سینه با آن پوشانده شود) و زینت خود را آشکار نسازند مگر برای شوهرانشان

(نور، ۳۰ و ۳۱)

عفاف در یک تعریف جامع و کاربردی، حقیقتی روحانی است که مانع رفتن انسان به سوی گناه، معصیت، کارهای زشت و ناشایست شده و دین و ارزش‌های دینی انسان را حفظ و صیانت می‌کند. بنابراین، شاخه‌های متعددی دارد که عفت در روابط جنسی (اعم از نگاه و ارتباط و پوشش و راه رفتن و ...) یکی از آنهاست. پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: «هیچ بنده‌ای به زینتی آراسته‌تر از عفاف در دین و عفت در روابط جنسی آراسته نشده است.»

ب- عفاف در نگاه به نامحرم: نگاه به نامحرم زمینه‌ساز بسیاری از انحرافات اخلاقی می‌گردد. انسانی که چشمانش را پاک نگاه نمی‌دارد، به تدریج دچار نارضایتی از همسر و تنوع طلبی جنسی می‌گردد و به همین لحاظ، به جلب توجه در جامعه از طریق پوشش و یا حتی حرکات، گفتارها و رفتارها روی خواهند آورد.

از این رو، قرآن کریم مردان و زنان را به فرو بستن چشمانشان از جلوه‌های حرام دعوت کرده است: «قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ بَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَ يَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ (۳۰) وَ قُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ بَعْضُنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَ يَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ...»؛ به مردان باایمان بگو چشمهای خود را (از نگاه به نامحرمان) فروگیرند، و عفاف خود را حفظ کنند؛ این برای آنان پاکیزه‌تر است؛ خداوند از آنچه انجام می‌دهید آگاه است! و به زنان با ایمان بگو چشمهای خود را (از نگاه هوس‌آلود) فروگیرند، و دامان خویش را حفظ کنند.» [نور، ۳۰ و ۳۱]

ج- عفاف در پوشش: پوشش عقیفانه زن برای نامحرمان سبب حفظ موقعیت وی نزد شوهر و تحکیم رابطه زناشویی آنان است. در قرآن مجید آیات زیادی در این باره وجود دارد. یکی از مهم‌ترین این آیات، آیه ۵۹ سوره احزاب است: « يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لَأَزْوَاجِكُمْ وَ بَنَاتِكُمْ وَ نِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ ذَلِكَ أَذْنَى أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ وَ كَانَ اللَّهُ عَفُورًا رَحِيمًا؛ ای پیامبر! به همسران و دختران و زنان مؤمنان بگو: «جلبابها [روسری‌های بلند] خود را بر خویش فروافکنند، این کار برای اینکه شناخته شوند و مورد آزار قرار نگیرند بهتر است؛ (و اگر تا کنون خطا و کوتاهی از آنها سر زده توبه کنند) خداوند همواره آمرزنده رحیم است.»

امروزه متأسفانه بسیاری از خانواده‌ها به اهمیت حجاب واقف نیستند و گاه زمزمه‌هایی مبنی بر رفع حجاب و نبود ضرورت آن شنیده می‌شود. این یک حکم صریح قرآنی و دارای اثرات فراوان است. رعایت حجاب آثار بسیار زیاد دیگری نیز دارد. از آن جمله می‌توان به حفظ شخصیت زن و ایجاد بستر مناسب برای حضور شایسته آنان در اجتماع، تحکیم جایگاه خانواده، پیشگیری از فساد در اجتماع و حتی زیبایی بیشتر زنان اشاره کرد. امام علی (ع) فرمود: «صَيَانَةُ الْمَرْأَةِ أَنْعَمُ لِحَالِهَا وَ أَدْوَمُ لِحَمَالِهَا؛ پوشیده و محفوظ داشتن زن مایه آسایش بیشتر و دوام زیبایی اوست.»

در آیه فوق، حکمت حجاب زنان این چنین بیان شده که زنان محجبه در جامعه به عفت و پاکدامنی شناخته شده و مورد اذیت و آزار هوسبازان قرار نمی‌گیرند. با نگاهی به این آیه روشن می‌شود که حجاب نقش زیادی در امنیت اخلاقی جامعه دارد. آیا دلیل گسترش فساد اخلاقی و تجاوزهای نامشروع به زنان و حتی دختران، رواج بی‌حجابی و تحریک غرایز نیست. آیا اگر کالایی گرانبها را با تزئینات زیاد در معرض دسترس افراد راهزن و دزد قرار دهند، نباید انتظار داشت که آن کالا مورد دستبرد قرار خواهد گرفت؟

یکی دیگر از آیاتی که به عفاف در پوشش مرتبط است، آیه ۳۳ سوره مبارکه احزاب است که خطاب به زنان پیامبر می‌فرماید: «وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ وَلَا تَبَرَّجْنَ تَبَرُّجَ الْجَاهِلِيَّةِ الْأُولَى ...؛ و در خانه‌هایتان قرار و آرام گیرید، و [در میان نامحرمان و کوچه و بازار] مانند زنان دوران جاهلیت پیشین [که برای خودنمایی با زینت و آرایش و بدون پوشش در همه جا ظاهر می‌شدند] ظاهر نشوید.» تعبیر به کار رفته در این آیه، بسیار تکان‌دهنده و عمیق است. قرآن، خودآرایی و مدگرایی زنان در انظار عمومی را جاهلیت مدرن معرفی می‌کند. وه که چه تعبیر بجا و مناسبی! با نگاهی به عمق این عمل درمی‌یابیم که حقیقتاً کسانی که از بی‌حجابی و ولنگاری مردان و زنان دفاع می‌کنند، افکار پوچ و توخالی دارند.

آیا دردآور نیست که در کشورهای غربی با این همه پیشرفت علمی، بیشترین شهرت و آوازه، برای زنان بی‌بندوباری است که به نام هنرپیشه معروف شده‌اند و هنرهای زنانگی و برهنگی را بهتر در معرض هوس‌پیشگان قرار می‌دهند؟ آیا این جاهلیت آشکار نیست که از میان این همه فضایل برای زن، خصوصیتی بیشتر مورد توجه قرار گیرد که اولاً با اختیار خود زن به دست نیامده، ثانیاً پس از مدتی از بین می‌رود؟ آیا باید افتخار زن به زیبایی‌اش باید باشد؟ مگر این جوانی و زیبایی و خودنمایی تا کی برقرار خواهد بود؟! آیا این دنباله همان جاهلیتی نیست که اجازه می‌داد تا زنان زنده به گور شوند؟ در آن دوران، مشرکان فکر می‌کردند، زن مایه شرمساری است؛ چون در جنگ‌ها کمک کارشان نخواهد بود و در جوانی هم به عقد دیگری درآمده و سبب تلذذ و استمتاع مردان دیگر است. به عبارت دیگر، آنان تنها فایده زن را در زیبایی وی می‌دیدند که آن هم به درد دیگران می‌خورد؛ نه خودشان. دنیای غرب زده امروز هم همین تفکر را دنبال می‌کند، منتها با روکشی زیباتر. دیگر نیازی به زنده به گور کردن زنان نیست، وقتی می‌شود از زیبایی آنان پول درآورد، کالا تبلیغ کرد و توریست جذب کرد!

د- عفاف در ارتباط با نامحرم: شیطان مهم‌ترین دام‌های خود را در محیط‌های آلوده به اختلاط زن و مرد نهاده است. از دیدگاه اسلام، هرگونه ارتباط نامشروع زنان و مردان -از نگاه ریه و سخن گفتن گرفته تا دست دادن، خلوت کردن و حتی ارتباط تلفنی، پیامکی، اینترنتی و مانند آن- حرام و نکوهیده است. این همه تأکید برای آن است که غرایز جنسی در انسان به شدت تحریک پذیر و غیرقابل کنترل است. به عبارت دیگر، چنان چه میل و غریزه جنسی تحریک

شود، مجالی برای کنترل احساسات و عواطف احتمالی نخواهد بود. از این رو، بزرگ ترین گناهان شهوانی چون زنا گاه از کوچک ترین نگاه یا ارتباط با نامحرم آغاز شده و شخص را به طور ناخودآگاه به منجلاب گناه فرو می برد. قوه شهوت در وجود انسان چون بنزینی است که با کوچک ترین شعله برافروخته شده و به سرعت پیش می رود. بنابراین باید از هر عملی که آتش این غریزه را برافروخته و شعله ور می کند، خودداری کرد. زن و شوهر نیز باید به این نکته مهم توجه داشته و در محل کار و محافل و مهمانی‌ها، از روابط غیر ضروری با نامحرم پرهیز کنند. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «هرگز مردی با زن (نامحرمی) در تنهایی و خلوت نمی‌باشد؛ مگر این که سومین آن‌ها شیطان است»

یکی از بهترین مصادیق عفت را در قرآن کریم، ماجرای یوسف و رد درخواست زلیخا در این زمینه است. هم چنین نوع ارتباط عقیفانه و حتی راه رفتن دختر شعیب نیز مورد ستایش قرآن قرار گرفته است. این دو داستان بسیار آموزنده را می‌توانید در آیات ۲۳ تا ۳۴ از سوره یوسف و آیات ۲۳ تا ۲۷ از سوره قصص دنبال کنید.

در این زمینه آیات دیگری از قرآن نیز وارد شده است. در آیه ۵۳ سوره احزاب می‌خوانیم: «وَ إِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَسَأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ؛ و چون از آنان (زنان پیامبر) چیزی خواستید از پشت پرده‌ای بخواهید، این برای دل‌های شما و دل‌های آنان پاکیزه‌تر است.»

در آیات ۲۵ نساء و ۵ مائده نیز یکی از صفات زنان و مردان شایسته این دانسته شده که ارتباط پنهانی با نامحرم ندارند. زن و مردی که رابطه دوستی با نامحرم برقرار کرده و در کانال‌های مشترک به ابراز محبت و عواطف نسبت به غیر همسر خود می‌پردازند، به هوش باشند که این کار به شدت ایمان آنان را تحت الشعاع و بنیان عاطفی خانواده را فرو خواهد ریخت.

ه- عفاف در گفتار با نامحرم: گفتیم که از دیدگاه اسلام بزرگ ترین مانع برای پیشرفت و تعالی فرد و اجتماع، شیوع فسادهای جنسی و بی بند و باری در روابط زنان و مردان است. به همین منظور، خداوند مؤمنان را از ایجاد زمینه‌های بی عفتی در جامعه بر حذر داشته است. یکی از این زمینه‌ها، گفتگو با نامحرم است که به صورت ناخواسته فرد را در دام شهوت و عواطف غیر عقلانی قرار می‌دهد. آیه ۳۲ سوره احزاب، زنان پیامبر را از هرگونه سخن طنازانه با نامحرمان بر حذر داشته و آنان را به رعایت ادب و متانت در گفتار فرمان داده است: «... فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الْاَذَى فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا؛ پس به گونه‌ای هوس‌انگیز سخن نگوئید که بیمار دلان در شما طمع کنند، و سخن شایسته بگوئید!» رسول خدا (ص) فرمود: «از گفتگو با زنان پرهیز! به درستی که هیچ مردی با نامحرم سخن نمی‌گوید؛ مگر این که در دلش نسبت به او رغبت و میل پیدا می‌شود.» این حدیث درباره گفتگوهای غیر ضروری با نامحرم است.

متأسفانه بسیاری از کسانی که اسیر تاریکی‌های شهوت و خیانت به همسر خویش شده‌اند، اذعان دارند که ارتباط ابتدایی شان با نامحرم در حد گفتگوی محدود و به ظاهر ساده بوده یا خدای ناکرده از لحن گفتاری زن نامحرم و خند او در مهمانی مشترک وسوسه شده‌اند. این حالت ناخودآگاه و به تدریج آنان را دچار هوس‌های دل‌فریب شیطانی کرده و آرامش زندگی خود را از دست داده‌اند.

خوب است در پایان به این نکته مهم اشاره شود که قرآن کریم همان گونه که به زن و شوهر توصیه کرده تا در ارتباط با نامحرم، به حفظ عفت و پاکدامنی اهتمام بورزند، این توصیه را نیز کرده تا این خصوصیت را در روابط میان خود به کلی از بین برده و نیازهای مشروع یکدیگر را تأمین کنند. این توصیه به زنان بیشتر شده است.

قرآن کریم در ادامه آیه ۳۱ سوره نور به زنان توصیه کرده تا زیبایی‌های جسمی خود را برای نامحرم پوشیده نگاه داشته و فقط آن را برای شوهرانشان عرضه کنند. روشن است که میل به خودنمایی و دیده شدن و در زنان وجود دارد. زنی که حس خود نمایی و تبرج خویش را به همسر خود منحصر می‌سازد، در اشتیاق بازگشت همسر به منزل لحظه شماری کرده و با آراستگی جنسی و روحی، مهر و محبت همسر را به انحصار خود در می‌آورد. از این رو، رسول اکرم (ص) در بیان ویژگی‌های بهترین زن به این خصوصیت اشاره می‌کند: «زن عفیف، زنی است که در برابر شوهرش با تبرج و زینت و در برابر دیگران پاکدامن و با حیا ظاهر شود». و بدترین زن را کسی می‌داند که: «در مقابل شوهر بی‌میل و در مقابل دیگران با تبرج و زینت حاضر شود». امام صادق (ع) نیز فرمود: «بهترین زنان شما کسی است که چون با همسرش خلوت کند، جامه حیا از تن به در کند و چون بپوشد و همراه او شود، زره حیا را بر تن کند.»

البته دستور فوق، برای مردان نیز وارد شده است؛ یعنی آنان نیز باید آراستگی و زیبایی خود را منحصر به خارج از خانه نکرده و در خانه و برای همسرانشان نیز جذابیت ظاهری خود را حفظ کرده و نمایان سازند. امام علی بن موسی الرضا (علیه السلام) می‌فرماید: «چه بسیار زنانی که از جاده عفاف خارج شدند؛ به این دلیل که شوهرانشان نسبت به آراستگی خود بی توجه بودند.»

موضوع ۹۳: مهرورزی و محبت

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي

ذَلِكَ لآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

و از نشانه‌های او اینکه همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید، و در میانتان مودت و رحمت قرار داد؛ در این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند!

(روم، ۲۱)

خانواده‌دوستی یکی از خصلت‌های مهم و اساسی مؤمنان است. این خصوصیت اکتسابی است. به عبارت دیگر، عشق کالایی نیست که خواسته یا ناخواسته در زندگی وجود داشته باشد و بتوان آن را از هر جایی تهیه کرد. عشق و محبت به دست آوردنی و مراقبت کردنی است.

اگر همسران شیوه‌های افزایش عشق و محبت و خانواده‌دوستی را بیاموزند و مهارت مراقبت از آن را فراگیرند، آن‌گاه امواج آرامش و خوشبختی زندگی مشترک آنان را در خود گرفته و کانون خانواده گرم و دلپذیر می‌گردد. پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «نشستن مرد در کنار خانواده اش، نزد خدای بزرگ دوست‌داشتنی‌تر از اعتکاف [و نشستن] در این مسجد من است.»

خداوند کریم در آیات متعددی از جمله آیه بالا، ازدواج را مایه آرامش و مهربانی دانسته و الفت و مودت میان همسران، را نشانه لطف و قدرت خود می‌داند. بر این اساس، هدف اصلی از ازدواج در منطق قرآن، رسیدن به آرامش روحی است.

زن و شوهر باید بدانند این هدف زندگی مشترک باید تا انتهای زندگی مشترک حفظ شود. هر نوع عاملی که سبب بر هم خوردن آرامش و طمأنینه در زندگی مشترک شود، از نظر اسلام اشتباه است.

در آیه ۷۴ سوره فرقان، یکی از دعا‌های بندگان راستین خود را این می‌داند که از خداوند برای خود، همسران و فرزندان درخواست می‌کنند که مایه روشنی دیدگانش باشند: «وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا؛ و [بندگان راستین خدا] کسانی [هستند] که می‌گویند: «پروردگارا! از همسران و فرزندانمان مایه روشنی چشم ما قرار ده، و ما را برای پرهیزگاران پیشوا گردان!» این نشان دهنده خانواده‌دوستی مؤمنان است که در دعا‌های خود این درخواست مهم را دارند.

از آموزه‌های اسلامی برداشت می‌شود که زن در ایجاد آرامش روانی در خانواده نقش ویژه‌ای ایفا می‌کند؛ مشروط بر آنکه در ایفای چنین نقشی از عزتمندی و جایگاه مناسب برخوردار باشد. امام سجاد (ع) خطاب به مردان می‌فرماید: «حقّ زن این است که بدانی خداوند متعال او را مایه آرامش و انس تو قرار داده است و بدانی که این نعمتی است که خداوند به تو داده؛ پس او را گرامی داری و با وی نرم‌خو باشی.»

محبت زن و مرد به یکدیگر و حفظ احترام متقابل، امید و نشاط زندگی و بندگی را در آنان حفظ کرده و سبب رشد و تعالی معنوی خانواده می شود. بنابراین، زن و شوهر باید سعی کنند میزان صفا و صمیمیت و دوستی میان خود را افزایش دهند و از بروز هرگونه عاملی که دوستی میان آنان را به هم بزند، جلوگیری کنند.

پیامبر عزیز خدا صلی الله علیه و آله می فرماید: «هر چه ایمان بنده زیاد شود، محبت [وی] به همسرش نیز زیاد می شود.» آن حضرت درباره زنان نیز فرمود: «بهترین زنان کسی است که به شوهرش اظهار محبت کرده و عشق بورزد.» امام صادق نیز می فرماید: «هر کس بیشتر دوستدار ما (خاندان عصمت و طهارت) باشد، به زن‌ها (همسرش) نیز بیشتر دوستی می کند.» باز در این زمینه پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) می فرماید: «هیچ نعمتی برای مرد، بهتر از زن مسلمانی نیست که هرگاه به او بنگرد، مسرور شود.»

یک جو ثمر نمی برد از خرمن کمال دل هر آن که تخم محبت نکشته است

محبت و عشق ورزیدن موجب رضایت و ثبات خانواده می شود و آرامش و امنیت روانی را برای زن و شوهر بوجود می آورد. هم چنین موجب می شود تا زن و شوهر از چتر حمایتی و دلگرمی یکدیگر برخوردار شوند. لذا فضای خانه باید مملو از ابراز محبت‌های کلامی و غیر کلامی زن و شوهر به یکدیگر باشد. یکی از زیباترین احادیث در زمینه ابراز محبت آن است که پیامبر عزیز خدا صلی الله علیه و آله می فرماید: «این گفتار مرد به همسرش که «من تو را دوست دارم»، هرگز از قلب زن بیرون نمی رود.» البته باید دانست ادبیات عشق، بین زن و مرد تفاوت دارند و هر کدام برای بیان احساسات و عواطف خود از دیدگاه خود محبت می کنند.

هدیه دادن نیز اثر زیادی در محبت دارد. امیرالمومنین امام علی(ع) () فرمودند: «الهدیه تجلب المحبه؛ هدیه دادن باعث جلب دوستی و محبت افراد نسبت به یکدیگر می شود.»

اکسیر چیست؟ رمز محبت به زندگی بیهوده جاهلان، طلبِ کیمیا کنند

موضوع ۹۴: خوش رفتاری با همسر

... وَ عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنَّ كَرِهَتْمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا

و با آنان شایسته رفتار کنید و اگر ایشان را نمی‌پسندید (بدانید) بسا چیزی را ناپسند می‌دارید و خداوند در آن خیری بسیار نهاده است.

(نساء، ۱۹)

از دیگر مشخصه‌های اصلی سبک زندگی قرآنی، خوش رفتاری زن و شوهر با یکدیگر است. این توصیه به‌ویژه مردان شده است؛ زیرا قرآن، مرد را سنگ‌زیرین آسیای زندگی می‌داند و همان‌گونه که وی را مدیر اجرایی خانواده می‌داند، هرگونه استعلاء و برتری‌جویی را نیز در مورد وی محکوم کرده است. امام علی (ع) در وصیتی ناب خطاب به فرزند خود می‌نویسد: «فَدَارَهَا عَلَىٰ كُلِّ حَالٍ وَ أَحْسِنِ الصُّحْبَةَ لَهَا فَيَصْفُو عَيْشُكَ؛ همیشه با همسرت مدارا کن و با او به نیکی رفتار کن تا زندگی‌ت باصفا شود.»

در آیه بالا، خداوند به مردان فرمان می‌دهد تا با زنان رفتار شایسته و نیکو داشته باشند و در نامالیقات زندگی زناشویی، این اصل را فراموش نکنند؛ حتی اگر مطابق میلشان نباشد. این تأکید برای آن است که مصلحت خانواده در حفظ صلح و آرامش میان همسران است. پیامبر اکرم می‌فرماید: «بهترین شما کسی است که برای خانواده‌اش بهتر باشد و من از همه شما برای خانواده‌ام بهترم.»

متأسفانه دیده می‌شود که برخی مردان تفریحات مشترک با خانواده خود را نادیده گرفته و با دوستان خود یا در محیط کار شاداب و سرزنده هستند اما در خانه روحیه گرفته و خسته‌ای دارند. این افراد باید بدانند که خطرات زیادی زندگی مشترک آنان و آینده آرام فرزندانشان را تهدید می‌کند.

اهمیت خوش رفتاری با همسر تا حدی است که پیامبر عزیز خدا (ص) فرمود: خَيْرُ الرَّجَالِ مِنْ أُمَّتِي الَّذِينَ لَا يَتَطَاوَلُونَ عَلَىٰ أَهْلِهِمْ وَيَحْنُونَ وَلَا يَظْلِمُونَهُمْ...؛ بهترین مردان امت من، کسانی هستند که بر خانواده‌شان بزرگی نمی‌فروشند و به آنان مهر می‌ورزند و بر آنان ظلم و ستم روا نمی‌دارند. اگر می‌خواهید بدانید که این خوش رفتاری چه اثرات معنوی مطلوبی دارد، به این حدیث پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله دقت کنید که می‌فرماید: «مرد در برابر لقمه‌ای که در دهان زنش می‌گذارد پاداش می‌برد.»

آن حضرت هم‌چنین در نکوهش قدرت‌نمایی مردان در خانه می‌فرماید: «هر کس به صورت زنش سیلی بزند، خداوند به آتش‌بازان جهنم دستور می‌دهد تا در آتش جهنم هفتاد سیلی بر صورت او بزنند.»

ذکر این نکته ضروری است که اگرچه خطاب این دستور بیشتر با مردان است، ولی روشن است که این فرمان، یک سویه نیست و تنها به این دلیل خطاب آیه و روایات بیشتر درباره مردان آمده که زمینه بروز رفتار مستبدانه در ایشان بیشتر است.

در سوی مقابل، دین مبین اسلام به زنان توصیه‌های زیادی در این زمینه کرده است که در گفتار بعد به آن اشاره خواهد داشت. در اینجا فقط این نکته را متذکر می‌شویم که یکی از مهم‌ترین چیزهایی که آقایان در زندگی از خانم‌ها انتظار دارند، احترام است. پیامبر اکرم: «گرامی‌ترین شما کسی است که بیشتر به همسر خود احترام بگذارد.» اگر زنان انتظار دارند همسرشان با آنان خوش‌رفتار باشد، به این نکته توجه جدی کنند که آنان هم باید با شوهر خود محترمانه برخورد کنند و به او احساس اعتماد به نفس و رضایت ببخشند. زنانی که مدام سر شوهر غر می‌زنند و عیوب او را یادآوری کرده و از کمبودها گلایه می‌کنند، زمینه‌های بدرفتاری شوهران و سرد شدن روابط عاطفی را فراهم می‌کنند. این را همه مردان قبول دارند که هیچ‌چهره زیبایی نمی‌تواند بد اخلاقی زن را پوشاند.

صورت زیبای ظاهر هیچ نیست ای برادر سیرت زیبا بیار

موضوع ۹۵: مسئولیت و تعهد متقابل

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ...

مردان سرپرست زنانند به خاطر آنکه خداوند برخی (مردان) را بر برخی دیگر (زنان) [در نیروی فکری و جسمی و توان اداره خانواده] برتری بخشیده و به خاطر آنکه از اموالشان (برای زنان) خرج می‌کنند. پس زنان شایسته و درست کار، [در امور کلی خانواده و در چهارچوب حقوق شرعی] فرمانبردارند [و] در برابر حقوقی که خدا [به نفع آنان برعهده شوهرانشان] نهاده است، در غیاب شوهر [حقوق و اسرار و اموال او را] حفظ می‌کنند.

(نساء، ۳۴)

زندگی بیش از هر چیز نیاز به احساس مسئولیت همسران دارد. بر خلاف آموزه‌های پوچ غربی، عشق و محبت هیچ‌گاه به تنهایی ضامن موفقیت زندگی مشترک نیست؛ بلکه از نظر دین مبین اسلام، اساسی‌ترین شرط موفقیت هر زندگی، وظیفه‌مداری و احساس مسئولیت همسران نسبت به یکدیگر است.

یکی از اصلی‌ترین علل اختلاف بین زن و مرد، کوتاهی و شانه‌خالی کردن یکی از آنان یا هر دویشان از وظایف ذاتیشان است. یک مرد باید بداند که چه مسئولیتی را بر گردن گرفته و یک زن نیز باید به وظایف خود عمل کنند. در عین حال، هر دو آنان از یاری یکدیگر غافل نمی‌شوند. این مهم‌ترین راز خوشبختی یک خانواده است.

آیه فوق از آیات راهگشا و بسیار کلیدی قرآن می‌باشد که متأسفانه نسبت به مفاهیم حکیمانه و مترقی آن کم‌لطفی صورت گرفته است. این آیه به خوبی وظایف زن و شوهر را در اداره زندگی ترسیم می‌نماید. مردان - به جهت توانایی‌های جسمی و قدرت روحی - وظیفه تدبیر کلی زندگی و درآمدزایی دارند و زنان - به جهت قدرت روحی و عاطفی - مسئولیت نگاه‌داری منزل و تدبیر داخلی و فرمانبری از شوهر را بر عهده دارند. روشن است که حکم فوق زمینه سوء استفاده مردان را فراهم نمی‌آورد؛ بلکه مسئولیت آنان را نسبت به پیشبرد و هدایت مادی و معنوی خانواده بیشتر می‌کند.

در آیه ۲۲۸ سوره بقره نیز خداوند در کلامی مختصر و جامع به تناسب میان حقوق و وظایف زنان اشاره می‌فرماید: «وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ؛ و برای آنان، همانند وظایفی که بر دوش آنهاست، حقوق شایسته‌ای قرار داده شده است.»

پیام مهم این دو آیه، حس تعهد و درک متقابل در زن و مرد برای ادامه زندگی مشترک است. وقتی زندگی مشترک شروع می‌شود، زن و مرد هر یک به نوبه خود آگاهانه یا ندانسته متعهد می‌شوند که برای ایجاد و داشتن زندگی مشترک شاد و پرطراوت در کنار هم تلاش کنند. دنیای مرد و زن تفاوت‌های کلی دارد. شاید هیچ نکته‌ای در زندگی مشترک، از این مهم‌تر نباشد که زن و مرد همدیگر را بشناسند و به روحيات و خلیقات هم واقف شوند. کتاب‌های

بسیاری درباره این موضوع نگاشته شده است. اگر زن و شوهر به این درک متقابل از نیازهای یکدیگر نرسند، زندگی دچار تلاطم خواهد شد. ما در ادامه به جایگاه مرد و زن در زندگی مشترک و حقوق و وظایفشان مختصراً اشاره می‌کنیم:

الف: جایگاه و وظیفه مرد در زندگی مشترک:

مدیریت کلی اداره خانواده بر عهده مردان است. برای مرد بزرگ‌ترین موفقیت این است که اسباب راحتی و رفاه اعضاء خانواده را فراهم کرده و مسیر هدایت و دینداری را برای آنان فراهم کند. مردان باید بدانند که آگاهانه و از روی تعهد انتخاب کرده‌اند که تشکیل زندگی بدهند. پس نمی‌توانند از زیر بار مسئولیت آن شانه‌خالی کرده و به خوشگذرانی و بی‌خیالی پردازند. به عبارت ساده‌تر، نقش مرد در خانه، نقش ناخدای کشتی است. بنابراین اگر بنیان خانواده از هم پاشد و کار به طلاق و جدایی زوجین کشیده شود، در بیشتر موارد، مقصر مردان هستند که جلوی غرق شدن این کشتی را نگرفته‌اند. پیامبر گرامی اسلام (ص) فرمود: «خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ وَ أَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي؛ بهترین شما کسی است که برای خانواده‌اش بهترین باشد و من بهترین فرد برای خانواده‌ام هستم.» این بهترین توصیف برای مرد شایسته است؛ یعنی کسی که شخصیت و خلق و خوی او در برابر دیگران با آنچه خانواده‌اش از او می‌بینند، متفاوت نباشد.

ب: حقوق و انتظارات مرد:

در سوی مقابل، حقوق اختصاصی مردان بر زنان عبارت است از اینکه: زن بدون اجازه شوهر در مال او تصرف نکند؛ بدون اجازه و توافق او از خانه بیرون نرود؛ در برابر نامحرمین عقیف و پاکدامن باشد؛ در برابر شوهر، حیا و عفت نداشته باشد و خود را برای شوهر بیاراید؛ در تنگناهای اقتصادی و خستگی‌های کاری و شغلی، با خوشرویی با شوهرش برخورد کند؛ سطح توقعات و انتظارات خود را با میزان درآمد شوهر تنظیم کند و از او چیزی که توان تهیه آن را ندارد نخواهد و دائماً مردان دیگر را در این زمینه به رخ او نکشد؛ قانع و فرمانبردار باشد؛ رازدار زندگی باشد و بالأخره اینکه در انجام وظایف شخصی (پخت غذا و تمیز کردن منزل و توجه به تربیت فرزندان و ...) کوشا باشد.

ج: جایگاه و وظیفه زن در زندگی مشترک:

نقش زن در خانه، همدلی و همراهی و تزریق عاطفه است. برای یک زن بزرگ‌ترین موفقیت و ارزش این است که در این کار با همسرش همراه باشد و با خواسته‌های غیرمنطقی و بیجا و رفتارهای سرکشانه، ساز مخالف نزند. بنابراین، اگر کشتی دچار تلاطم باشد و با آرامش به مسیر خود ادامه ندهد، در بیشتر موارد مقصر زنان هستند که با ناخدا همراهی نکرده‌اند.

در احادیث متعددی بر این نکته تأکید شده که «جِهَادُ الْمَرْأَةِ حُسْنُ التَّبَعْلِ؛ جهاد زن، خوب شوهرداری است.» امام باقر فرمود: «برای زن هیچ شفیعی نزد پروردگارش به اندازه رضایت شوهرش سودمندتر نیست.» پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله نیز فرمود: «بهترین زنانان زنی است که با محبت، فرزندآور و سازگار باشد، و بدترین آنان زنی است که لجباز باشد.»

مردی خدمت رسول خدا صلی الله علیه و آله آمد و عرض کرد: «همسری دارم که هر گاه وارد خانه می شوم، به استقبال می آید، و چون از خانه بیرون می روم، بدرقه ام می کند و زمانی که مرا اندوهگین می بیند، می گوید: «اگر برای رزق و روزی [و مخارج زندگی] غصه می خوری، بدان که خداوند آن را به عهده گرفته است و اگر برای آخرت خود غصه می خوری، خدا اندوهت را زیاد کند.» رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمودند: «برای خدا کارگزارانی [در روی زمین] است و این زن یکی از کارگزاران خداست که پاداش او برابر با نیمی از پاداش شهید است.»

د: حقوق زن در زندگی:

در سوی مقابل، حقوق زنان بر مردان نیز این چنین است: مرد، مسکن، پوشاک و خوراک را برای زن تهیه کند؛ به گونه ای که به میران متعارف و در شأن وی باشد؛ همواره با او مهربان و صمیمی باشد، با او به احترام سخن گفته و زنان دیگر را به رخ وی نکشد؛ او را بیش از حد محدود نکند و به سلاقی و علائق شخصی اش احترام بگذارد؛ برای تعالی علمی و معنوی او اهمیت قائل شود؛ توان جسمی او را در مهمانی دادن و فرزندآوری و مانند آن لحاظ کند؛ در خانه آراسته و مرتب باشد و به خواسته های مشروع جنسی زن احترام بگذارد؛ خواسته همسرش را بر خواسته های غیرمنطقی دوستان و فامیل خود ترجیح دهد؛ در حد توان به زن در کارهای خانه کمک کند.

شایان تذکر است که این مواردی که ذکر شد، حقوق و وظایف اختصاصی هر یک از زوجین بود. علاوه بر این، حقوق و وظایف مشترکی هم برای همسران وجود دارد که مهم ترین آن عبارت است از: به طور خلاصه حقوق و وظایف مشترک زن و مرد در زندگی عبارت است از اینک: وفاداری، عفت و غیرت ورزی متعادل، حفظ حریم و احترام و خوش رفتاری با هم، تأمین نیازهای جنسی و روحی یکدیگر، صداقت و راستگویی در قبال یکدیگر، مسئولیت و تعهد در قبال انجام وظایف، توجه به هدف متعالی ازدواج که آرامش برای بندگی بهتر است، تکریم و بزرگداشت یکدیگر، احترام به خویشاوندان همدیگر، ابراز علاقه و محبت، گذشت و یادآوری محاسن یکدیگر، رازداری و عیب پوشانی نسبت به هم، تلاش برای تربیت فرزندان شایسته و ...

خلاصه مطلب اینک، مسئولیت و تعهد متقابل زوجین ضامن زندگی خوب و سعادت مند است. فراموش نکنید که خانواده خوب و آرامش بخش محصول تلاش زن و شوهر است؛ نه شانس و اقبال. زوج های موفق آنانی هستند که کیفیت زندگی مشترک را محصول انتخاب آگاهانه و مسئولانه خود دانسته و همواره در تلاشند تا آن را به حد رضایت خود نزدیک کنند؛ نه اینکه پیوسته از انتخاب خود گلایه کرده و آن را به گردن پدر و مادر یا شانس و اقبال بد خود بیندازند.

موضوع ۹۶: هم‌پوشانی زوجین نسبت به یکدیگر

... هُنَّ لِبَاسٍ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٍ لَهُنَّ ...

آنها جامه شما و شما جامه آنهاید. (هر یک زینت دیگری هستید و پوشاننده عیوب و حافظ از گناه او)

(بقره، ۱۸۷)

هر کسی با مراجعه به نفس خویش متوجه می‌شود که خودش مانند دیگران خالی از عیوب نیست و خداوند از روی لطف، صفات بد و زشت و اشتباهات او را از دیگران مخفی کرده است. حضرت امیرالمومنین (علیه السلام) در این باره می‌فرماید: «مَنْ نَظَرَ فِي عَيْبِ نَفْسِهِ اِسْتَعْلَلَ عَنْ عَيْبِ غَيْرِهِ» «هر که عیب خود را ببیند، از پرداختن به عیب دیگران باز ایستد.»

یکی از علل اختلاف بین زن و شوهر، پیدا کردن نقاط ضعف دیگری و به رخ کشیدن آن و خدای نکرده مطرح کردن آن در جمع است. در چنین فضایی زن و شوهر، دائماً با دید منفی به یکدیگر نگاه می‌کنند و هر کدام دنبال پیدا کردن عیب دیگری است تا او را خرد کند و شخصیتش را در هم بکوبد. این‌گونه همسران هیچ‌گاه روی آرامش را نخواهند دید.

در نقطه مقابل، قرآن، زن و مرد را چون لباسی برای یکدیگر می‌داند که عیوب و زشتی هم را می‌پوشانند. این تشبیه بلیغ و رسا، گویای نکات فروانی در حوزه علوم تربیتی و آداب همسرمداری است که در ذیل به آن اشاره می‌کنیم:

- لباس عیوب انسان را می‌پوشاند؛ هر یک از زن و مرد نیز باید عیوب و نارسایی‌های یکدیگر را بپوشانند.
- عیوب لباس را به دیگران نشان نمی‌دهند؛ بلکه مخفیانه و با کمک یک خیاط ماهر آن را اصلاح می‌کنند؛ همسر نیز اگر عیبی داشت، باید آن را از دیگران مخفی کرد و با مشورت یک متخصص به درمان آن پرداخت.
- لباس نزدیکترین چیز به انسان است؛ صمیمی‌ترین و نزدیک‌ترین فرد به تو باید همسرت باشد.
- لباس باید در طرح و رنگ و جنس مناسب انسان باشد؛ همسر انسان نیز باید کفو انسان و متناسب با فکر، فرهنگ و شخصیت انسان باشد.
- لباس مایه زینت و آرامش است؛ همسر و فرزند نیز مایه زینت و آرامش خانواده هستند.
- لباس انسان را از سرما و گرما حفظ می‌کند؛ وجود همسر نیز کانون خانواده و گرم و زندگی را از سردی خارج می‌کند.

- در هوای سرد، لباس ضخیم و در هوای گرم، لباس نازک استفاده می‌شود؛ هر یک از دو همسر نیز باید اخلاق و رفتار خود را متناسب با نیاز روحی طرف مقابل تنظیم کند. اگر مرد عصبانی است، با لطافت با او برخورد کند و اگر زن خسته است، مرد با او مدارا کند.

- انسان باید لباس خود را از آلودگی حفظ کند؛ هر یک از دو همسر نیز باید دیگری را از آلوده شدن به گناه حفظ کند.

- زن و شوهر لباس عفاف یکدیگرند و هر کدام مایه پرهیز دیگری از تقاضای جنسی است.

- محافظت از لباس عامل دوام و ماندگاری آن و بهره‌مندی بهتر از آن است؛ محافظت و مراقبت از روحیه همسر نیز سبب استحکام بنیان خانواده می‌گردد.

- لباس‌های زیبا الزاماً لباسی بادوام نیستند؛ پس در انتخاب لباس فقط به زیبایی و ظاهر آن توجه نکن.

توجه به این اصول، تأثیر فراوانی در احساس رضایت همسران به زندگی مشترک خواهد داشت.

موضوع ۹۷: سازگاری و گذشت

... وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُخْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ ...

و صلح و سازش بهتر است؛ اگر چه بخل و تنگ نظری در ذات [بسیاری از] مردم نفوذ کرده است.

(نساء، ۱۲۸)

اصل گذشت، حق‌مداری و مدارا سه اصل کلی و جامع در تمام روابط اجتماعی؛ به‌ویژه زندگی مشترک است. در فصل هفتم و موضوع ۴۵ گفتیم که یکی از جامع‌ترین آیات اخلاقی قرآن به همین موضوع اختصاص دارد: «خُذِ الْعَفْوَ وَ أْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ؛ عفو و گذشت را پیشه کن، و به کار پسندیده فرمان ده، و از نادانان روی بگردان!» (اعراف، ۱۹۹)

یکی از بهترین راه‌های گذشت و مدارا، این است که لحظات خوب مشترک خود با همسران را یادآوری کنید. متأسفانه دیده می‌شود که برخی همسران در هنگام اختلافات، به‌گونه‌ای درباره همسر خود سخن می‌گویند که گویا هیچ خاطره مشترک خوبی با او نداشته و شریک زندگی‌شان فردی کاملاً خودخواه و بداخلاق و غیر قابل تحمل بوده است. قرآن کریم در آیه ۲۳۷ سوره بقره، علاوه بر توصیه مؤمنان به گذشت و چشم‌پوشی، به آنان توصیه می‌کند تا مهربانی و خوبی همدیگر را از یاد نبرده و برای اصلاح رابطه خود، به یاد لحظات خوب زندگی خود بیفتند: «وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَلَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ؛ و گذشت کردنتان به پرهیزگاری نزدیک‌تر است و بخشش را میان خود فراموش نکنید.» این یکی از برترین راه‌کارها برای جلوگیری از فروپاشی زندگی مشترک است.

در بسیاری از روابط توانایی عذرخواهی و قبول اشتباه یک‌طرفه است؛ یعنی یکی از همسران (زن یا مرد) همواره کوتاه آمده و عذرخواهی می‌کند. این مسأله در درازمدت آثار وخیمی در روح و روان فرد گذاشته و ممکن است خدای ناکرده منجر به دل‌سردی او شود. باید توجه داشت که عذرخواهی نشانه روح بزرگ و قبول آن نیز نشانه اعتماد است. در آیه ۱۳۵ سوره نساء، خداوند مؤمنان را به رعایت انصاف و حق‌مداری - حتی به ضرر خودشان - دعوت کرده است.

بسیاری از خانواده‌ها به خاطر همین لجبازی و زودرنجی زوجین، تبدیل به میدان جنگ و قهرهای گاه و بیگاه زن و شوهر شده است. اسلام همان‌طور که به زن و شوهر توصیه کرده اسباب ناراحتی هم را فراهم نیاورند، به آنان این سفارش را هم دارد که زود از دست هم ناراحت نشوند. افراد زودرنج و پرتوقع نه تنها همسران مناسبی نخواهند بود؛ بلکه خودشان نیز همیشه در رنج و عذاب‌اند؛ زیرا نمی‌توانند به راحتی از خطای احتمالی طرف مقابل چشم‌پوشی کرده و آرام بگیرند. به تعبیر قرآن کریم در آیه بالا، این افراد دچار خودمحوری و تنگ‌نظری گشته و فقط به منافع خود می‌اندیشند. به فرموده بزرگان، هر قدر که رنجیدن انسان از دیگران زیاد باشد، منیت او هم به همان اندازه زیاد است؛ یعنی میزان رنجیدن آدمی از دیگران و حوادث پیرامونش، نشان‌گر درجه خودخواهی اوست.

گر عاقل و کاملی مرنجان و مرنج

یک نکته بگویمت به تحقیق بسنج

موضوع ۹۸: توجه به دین‌مداری خانواده

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ ...

ای مؤمنان! خود و خانواده خود را از آتشی که هیزم آن انسان‌ها و سنگ‌ها است حفظ کنید.

(تحریم، ۶)

در سبک زندگی اسلامی، همه چیز تحت الشعاع بندگی خدا و پیشرفت معنوی بندگان خلاصه قرار دارد. از این رو، مهم‌ترین بایسته اخلاقی خانواده ی دینی نیز کمک و همراهی اعضای آن در امور معنوی به یکدیگر دانست. بر این اساس، خانواده، کوچک‌ترین و اساسی‌ترین واحد تربیت دینی را تشکیل می‌دهد.

از منظر قرآن، هر یک از اعضای خانواده -و به ویژه مردان به عنوان مدیر اجرایی خانواده- باید یکدیگر را در رشد و تکامل معنوی یاری کرده و از سقوط و تباهی برهانند. با نگاهی به سیره انبیاء در قرآن، درمی‌یابیم که آنان توجه ویژه‌ای به هدایت همسر و فرزندان خود نموده و حتی پیش از ولادت فرزندان خود، از خداوند طلب هدایت و پاکی آنان را نموده‌اند.

دین‌داری موجب ثبات و استحکام روابط زن و شوهر می‌شود، رضایت و انسجام خانوادگی، عزت نفس، روحیه خوش بینی در محیط خانه را افزایش می‌دهد و از نارضایتی، بروز بی بندوباری‌ها، مصرف مواد مخدر جلوگیری می‌کند.

آنگاه که آیه شریفه «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ» (ای کسانی که ایمان آورده‌اید! خود و خانواده خود را از آتشی که هیزم آن، مردم و سنگ‌هاست حفظ کنید که بر آن فرشتگانی خشن و سختگیر نگهبانند و از آنچه خدا به آنان دستور داده، سرپیچی نمی‌کنند و آنچه مأمور شده‌اند، انجام می‌دهند.) نازل شد، مردم گفتند: ای رسول خدا! چگونه خود و خانواده خود را از آتش حفظ کنیم؟» آن حضرت (ص) فرمودند: «عمل خیر انجام دهید و آن را به خانواده خود یادآوری کنید و بر پایه فرمانبرداری از خدا ادبشان کنید

امام صادق (ع) می‌فرماید: «هنگامی که آیه فوق نازل شد، مردی از مسلمانان نشست و شروع به گریستن کرد و گفت: «من خودم را نمی‌توانم حفظ کنم؛ حال مسئولیت خانواده ام نیز به من سپرده شد.» رسول خدا (ص) به او فرمود: «برای تو همین کافی است که آن چه به خودت فرمان می‌دهی، به آنان نیز فرمان دهی و هر چه خودت را از آن منع می‌کنی، آنان را نیز منع کنی.»

از نظر قرآن کریم، «شفقت» در خانواده عامل صلاح و فلاح است. این معنا از آیات ۲۵ و ۲۶ سوره مبارکه طور به خوبی قابل استنباط است. در این آیات می‌خوانیم: «وَأَقْبَلْ بَعْضُهُمْ عَلَى بَعْضٍ يَتَسَاءَلُونَ * قَالُوا إِنَّا كُنَّا قَبْلُ فِي أَهْلِنَا مُشْفِقِينَ»؛ بعضی از آنان به بعضی دیگر روی آورده و از گذشته یکدیگر سؤال می‌کنند، گویند: ما پیش از این در میان

خانواده خود بیمناک بوده‌ایم. این آیه ترسیم یک مکالمه از اهل بهشت است که از سوابق یکدیگر می‌پرسند و در حقیقت عامل خوش عاقبتی یکدیگر را جويا می‌شوند. آنان کلید بهشت را «شفقت» در خانواده دانسته‌اند.

پیش از این، به مودت و محبت میان زوجین اشاره شد. شفقت اگر چه به مودت و محبت نزدیک است، ولی از جهتی با آن متمایز است. إشفاق توجه آمیخته با ترس است؛ شخص «مشفق» دیگری را دوست می‌دارد و در مورد او نگران است؛ نگران از آن چه که ممکن است او را آزار دهد و او را برنجاند. این کلمه، هرگاه با حرف «من» متعدی شود معنای خوف در آن ظاهرتر خواهد بود. [۱۵] اما اگر با حرف «فی» متعدی شود، معنای عنایت و توجه در آن ظاهرتر است، که آیه فوق از همین قبیل است. برخی نیز اظهار داشته‌اند: إشفاق، رقت قلب به خاطر ترس از چیزی است؛ زیرا این واژه نقیض غلظت است. [۱۶] به هر حال، پیام آیه این است که اعضای یک خانواده بایستی نسبت به یکدیگر شفیق باشند، یعنی نسبت به یکدیگر توجه داشته و در مورد یکدیگر نگران باشند. به سعادت خانواده خود اهمیت دهند؛ به نجات اعضای آن از خطر گمراهی بی‌اندیشند؛ با آنان به زیبایی معاشرت نمایند و آنان را به حق دعوت و نصیحت نمایند.

موضوع ۹۹: توجه به آسایش و رفاه یکدیگر

لِيُنْفِقُ ذُو سَعَةٍ مِّنْ سَعَتِهِ وَ مَنْ قَدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنْفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ ...

بر توانگر است که از توانگری اش [برای خانواده] هزینه کند، و هر که رزق و روزی اش تنگ باشد، از همان مقدار که خدا به او عطا کرده هزینه کند.

(طلاق، ۶)

یکی از وظایف زن و مرد نسبت به هم، حفظ شادی و نشاط یکدیگر است. شادی چراغی است که کانون خانواده را فروزان نگاه می‌دارد. از این رو، دین اسلام به مرد و زن سفارش کرده تا از این وظیفه مهم نسبت به هم غفلت نکنند. در معیارهای امروزی نیز شادکامی در زندگی زناشویی، یکی از مهم‌ترین شاخص‌های سلامت و بهداشت روانی است. برخی زنان به شادی‌ها و رفاه همسر خود احترام نگذاشته و پیوسته با سلايق شخصی آنان مخالفت کرده و به دنبال شادی‌های مشترک هستند؛ حال آنکه یکی از اصول تحکیم خانواده، احترام به سلايق و علائق شخصی یکدیگر در چهارچوب خانواده است.

در طرف مقابل، مردانی هم هستند که زن را برای کارگری در منزل می‌خواهند و با هر دلخوشی و علاقه‌ای در وجود او مخالفت کرده و یا محدودیت می‌گذارند. در دین اسلام، به مردان سفارش زیادی شده که اسباب خشنودی و آرامش همسر را فراهم آورند. امام علی بن موسی الرضا (علیه السلام) فرمودند: «هر مردی که همسرش را خشنود کند، خداوند در قیامت اسباب شادی وی را فراهم خواهد کرد.» به همین دلیل است که یکی از مستحبات دین اسلام، «توسعه بر عیال» است؛ یعنی مردان در صورت تمکن مالی، حساست نداشته و زن و فرزند خود را بهره‌مند سازند. امام سجاد (ع) می‌فرماید: «برای من، رفتن به بازار و خرید مقداری گوشت برای خانواده‌ام که میل به گوشت دارند، از آزاد کردن بنده دوست داشتنی‌تر است.»

امام صادق (ع) در حدیث دیگری فرمود: «حق زن بر شوهرش این است که از میوه‌ای که همه می‌خورند، باید به خانواده‌اش بخوراند و در روزهای عید، خوراک آنان را افزایش دهد، و چیزهایی برای آنان فراهم کند که در روزهای دیگر فراهم نمی‌کرده است.» امام سجاد (ع) نیز در این زمینه می‌فرماید: «از جمله اخلاق مؤمن آن است که در هنگام فقر، به قدر تنگدستی‌اش و در هنگام تمکن مالی، به قدر وسعت روزی‌اش بر اهل و عیالش توسعه می‌دهد.» آیه بالا یکی از احکام شیردهی کودکان را بیان می‌کند که اگر زنی طلاق گرفت، می‌تواند برای شیر دادن کودک خود از شوهرش خرجی بگیرد؛ البته به اندازه توانایی مالی شوهرش. با این وجود، عبارت این آیه مخصوص و محدود به مورد نزول خود نبوده و شامل هر زمان دیگری نیز می‌شود.

البته نباید از نظر دور داشت که در احادیث، بر زنان نیز توصیه اکید شده که درخواستی بالاتر از توان همسر از او نداشته باشند.

فصل پانزدهم: مهارت فرزندپروری

اسلام همان گونه که به فرزندان توصیه‌های زیادی مبنی بر احترام به پدر و مادر خود کرده است، حقوق فرزندان را نیز نادیده نگرفته و سفارش‌های زیادی به والدین در تربیت فرزندان خود کرده است. امروزه کتب زیادی درباره روش‌ها و مهارت‌های تربیت فرزندان نگاشته شده و گاه والدین نظرات مختلف و بعضاً متعارضی را در این میان می‌شنوند. بی‌گمان بهترین روش تربیت فرزندان آن راهی است که در قرآن و سنت معصومین منعکس شده است. باور ما بر این است که الگوهای تربیتی قرآن و روایات، به عنوان شیوه ناب تربیتی همیشه باید الگو و اسوه باشد.

متأسفانه منابع سودمند و واقع‌بینانه برای آموزش و تبیین اصول تربیت دینی فرزندان از منظر قرآن و روایات وجود ندارد. این در حالی است که حجم قابل توجهی از متون دینی ما به چگونگی تربیت فرزند اختصاص دارد.

در این فصل بنا داریم تا به برخی از شاخصه‌های اصلی تربیت فرزند از از لابه‌لای برخی از آیات و داستان‌های قرآن کریم قرآن کریم اشاره کنیم. البته ناگفته پیداست که این موضوع هم مانند هر کدام از فصول گذشته نیازمند نگاهی دقیق‌تر و جامع‌تر از این می‌باشد.

موضوع ۱۰۰: ارزش فرزندآوری

وَ زَكَرِيَّا إِذِ نَادَى رَبَّهُ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ

و زکریا را [یاد کن] زمانی که پروردگارش را ندا داد: پروردگارا! مرا تنها [و بی‌فرزند] مگذار؛ و تو بهترین وارثانی

(انبیاء، ۸۹)

اسلام تولید نسل صالح را امری بسیار نیکو و شایسته می‌داند. این مطلب از چند دعای انبیاء در قرآن فهمیده می‌شود. یکی از این دعاها دعای زکریای پیامبر (ع) است. آن حضرت در کهنسالی و در حالی که همسر او پیر، عقیم و نازا بود، از درگاه الهی نومید نشده و از خداوند طلب فرزند کرد تا نام نیک او را که به یادگار بگذارد. از این دعا فهمیده می‌شود که برخورداری از فرزند و نسلی که ادامه دهنده یاد و خاطره آدمی باشد، امری نیکو و پسندیده است تا جایی که زکریا در کهنسالی نیز آن را از خداوند طلب می‌کند. در آیه ۷۲ سوره نحل نیز این مطلب فهمیده می‌شود که فرزند و خانواده و نزدیکان از نعمت‌های الهی است: «وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَ حَفَدَةً وَ رَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ أَلَيْسَ بِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَ بِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ؟» و خداوند از جنس خودتان همسرانی برایتان قرار داد و از همسرانتان برای شما فرزندان و نوادگانی قرار داد و از پاکیزه‌ها شما را روزی داد، پس آیا (باز هم) به باطل ایمان می‌آورند و به نعمت الهی کفر می‌ورزند؟»

فرزند روح زندگی است که با آمدنش زندگی شیرین می‌شود و در نبودنش زندگی به پوچی می‌گراید. امام صادق (ع) شیرین‌ترین چیز برای انسان را داشتن فرزند دانسته است. خداوند کریم در آیه ۳۱ سوره اسراء، کسانی را که به دلیل ترس از مشکلات اقتصادی، تمایلی به بچه‌دار شدن ندارند یا آن را سقط می‌کنند، مورد نکوهش قرار داده است: «وَأَلَّا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ إِنْ قَتَلْتُمْ إِنْ قَتَلْتُمْ كَانَتْ خَطِيئَةً كَبِيرًا؛ از بیم تنگدستی فرزند خود را نکشید؛ این مایم که به آنها و شما روزی می‌بخشیم؛ آری کشتن آنها خطا و گناهی بزرگ است.»

در نگاه قرآن فرزند نیک، یکی از بهترین توشه‌های عمر است که در دنیا و آخرت به کمک انسان می‌آید. از این رو، یکی از ملاک‌های انتخاب ازدواج با زنان را این قرار داده که شایستگی مادر شدن را داشته باشند: «نِسَاءُكُمْ حَرَّتْ لَكُمْ فَأَتُوا حَرَّتَكُمْ أَنِّي سِتُّمْ وَ قَدِّمُوا لِنَفْسِكُمْ؛ زنان شما، کشتزار شما هستند؛ پس هر گونه بخواهید، (می‌توانید) به کشتزارتان [در] آید، و (اثر نیک) برای خودتان، از پیش بفرستید.» (بقره، ۲۲۳)

همینطور باید گفت که از نظرگاه قرآن، همه فرزندان، هدیه خدا هستند: «يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ إِنِثًا وَ يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ الذَّكَورَ؛ خداوند به هر کس بخواهد دختر هدیه می‌دهد و به هر کس بخواهد پسر می‌بخشد.» (شوری، ۴۹) اگر کسی به ماجرای عبرت‌آموز و زیبای تولد حضرت مریم در قرآن توجه کند، درمی‌یابد که خداوند متعال چگونه به دختر شدن فرزند عمران می‌بالد: «فَلَمَّا وَضَعَتْهَا قَالَتْ رَبِّ إِنِّي وَضَعْتُهَا أُنْثَىٰ وَ اللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا وَضَعْتَ وَ لَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَىٰ...» پیامبر عزیزمان نیز در اواخر عمر مورد نکوهش اعراب جاهلی و ظاهرنگر بود که فرزند پسر برایش نمانده و به اصطلاح، نسلش

بی‌دنباله است، ولی دیدیم که خداوند به او دختری عطا کرد که پاک‌ترین و پایدارترین و گسترده‌ترین نسل را در تمام تاریخ به خود اختصاص داده است. آری، کسانی که از دختر یا پسر شدن فرزندان خود ناراحت هستند، چگونه می‌توانند ادعا کنند که از خداوند مصلحت خودشانرا بهتر می‌دانند؟ حتی کسانی که فرزنددار نمی‌شوند، ضمن دعای پیوسته و دوری از ناامیدی و یأس از رحمت خدا، به این حقیقت هم باید ایمان داشته باشند که خداوند به مصلحت آنان آگاه‌تر است: «وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ؛ و چه بسا چیزی را دوست می‌دارید و آن برای شما بد است. و خدا می‌داند، و شما نمی‌دانید.» (بقره، ۲۱۶)

مطلب دیگری که از آیه بالا برداشت می‌شود، این است که پیش از همه چیز، هدایت و پاکی نسل و فرزندان مهم است. از این رو، اولیای خدا حتی هنگام دعای برای فرزنددار شدن، اول درخواست می‌کردند که آن فرزند صالح و پاکیزه باشد.

شاید به همین جهت باشد که یکی از اصلی‌ترین حقوق فرزند بر والدین این است که برایش نام نیکو انتخاب کنند؛ زیرا از نظر روانی، اسم نیکو سبب افزایش و تجمع انرژی مثبت در فرزند و الگوپذیری خوب برای او خواهد بود. حضرت علی (علیه السلام) طبق آنچه که در نهج البلاغه آمده، فرمودند: «حَقُّ الْوَالِدِ عَلَى الْوَالِدِ أَنْ يُحَسِّنَ اسْمَهُ، وَيُحَسِّنَ أَدَبَهُ، وَيُعَلِّمَهُ الْقُرْآنَ؛ و حق فرزند بر پدرش این است که نام نیک برای انتخاب کند، و خوب تربیتش نماید، و قرآن را تعلیمش دهد.»

مثلاً وقتی نام پسر عبدالله باشد و این نام تکرار شود، فرزند به این فکر می‌کند که بنده خدا باشد، و در مقابل خداوند وظیفه‌ای دارد و هنگامی که نام دختری را فاطمه بگذارند و این نام تکرار شود و او را با آن نام صدا کنند، تلاش می‌کند که از حضرت فاطمه زهرا (علیها السلام) پیروی نماید. همانگونه که نام‌های بد اثر تلقینی منفی دارد و لذا از آن نهی شده است. (مثلاً در روایات از انتخاب نام «خالد» نهی شده است؛ چون صاحب این نام بر اثر تکرار آن، از یاد مرگ و فانی بودن خود و جهان غافل می‌گردد.)

نمونه این نام‌گذاری نیکو در آیه ۳۶ سوره آل عمران برای نام حضرت مریم در قرآن ذکر شده که به معنای «کنیز و خدمتکار» برای خداست. امام رضا (ع) فرمود: «نخستین امری که پدر به وسیله آن به فرزندش احسان و نیکی می‌نماید، آن است که نام نیکو و زیبایی برای او انتخاب کند. پس البته باید هر یک از شما نام فرزندش را نیکو قرار دهد.»

بنابراین شایسته است که مؤمنان برای فرزندان خود، نام‌های شایسته و با مسمی، برگزینند تا علاوه بر ادای حق فرزندان، محبت و علاقه خود را نسبت به اشخاص یا مفاهیم دینی ابراز نمایند. در محضر امام صادق (ع) عرض شد: «ما فرزندان خود را به نام شما و پدرانتان نام‌گذاری می‌کنیم، آیا این عمل برای ما در پیشگاه الهی اجر و فایده‌ای دارد؟». حضرت فرمود: «بلی، به خدا قسم، فایده دارد.»

موضوع ۱۰۱: ارتباط عاطفی و خیر خواهانه

وَ إِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَ هُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ

(به خاطر بیاور) هنگامی را که لقمان به فرزندش - در حالی که او را موعظه می‌کرد - گفت: «پسرم! چیزی را همتای خدا قرار

مده که شرک، ظلم بزرگی است.»

(لقمان، ۱۳)

همه روان شناسان معتقدند که کودکان علاوه بر نیازهای زیستی و طبیعی چون غذا و پوشاک و ...، نیازمند ارتباطات عاطفی و پذیرش از جانب دیگران هستند. برآورده کردن این نیازها، موجب آرامش و تعادل روانی و دستیابی به امتیازات فراوان در فرزند می‌گردد. آرامش روانی، امنیت خاطر، اعتماد به نفس، اعتماد به والدین، الگوگیری در مهرورزی به دیگران و پیشگیری از انحرافات، نمونه ای از این امتیازات است.

مهرورزی و محبت نمودن به کودکان، بهترین پل ارتباطی برای تربیت کودکان در ساحت‌های گوناگون است؛ زیرا انسان، فطرتاً نیازمند محبت است و تا این نیاز برآورده نشود، زمینه‌پندپذیری در وی فراهم نمی‌شود. نمونه‌هایی از این مهرورزی و محبت را در رفتار انبیاء و خوبان در قرآن می‌یابیم؛ مثلاً خطاب «یا بُنَيَّ: ای فرزند عزیزم» که در قرآن از زبان حضرت ابراهیم و یعقوب و نوح و لقمان حکیم و در مواقف گوناگون صادر شده است، نشان از محبت عمیق میان پدر و فرزند دارد. نمونه دیگر در داستان حضرت یوسف (ع) منعکس شده که یعقوب به قدری فرزند صالحش را دوست داشت که دوری او را تحمل نمی‌کرد.

ارتباط عاطفی با فرزند موجب می‌شود که وی با والدین خویش صمیمی باشد، به آنان اعتماد کند و آنان را پناهگاه خویش در بحران‌های زندگی بداند. به همین دلیل، یوسف خوابش را با پدر در میان می‌گذارد.

مهم‌ترین نیاز کودک مهر و محبت است. آن‌هم مهر و محبتی که از عمق وجود پدر و مادر بر می‌خیزد و به روح کودک تزریق می‌شود و بوسه‌های گرم و نوازش‌های مهربانانه‌ای که هیچ‌گاه از یاد کودک نمی‌رود. بنابراین، اولین گام در تربیت فرزند است که عشق و علاقه خود را به او ابراز کنیم. فرزند ما باید حس محبت و دوست‌داشتن را در وجود ما کاملاً هویدا و آشکار مشاهده کند. تنها در پرتو این ارتباط عاطفی است که می‌توانیم او را نصیحت کنیم، کارهای خوبش را تشویق و از رفتارهای بدش ناراحت شویم و بدانیم که این نصیحت و تشویق و تنبیه‌ها در روحیه او اثر مطلوب را دارد.

البته قرآن کریم از افراط در محبت و دلبستگی به فرزندان نهی کرده و آن را یکی از نشانه‌های خسارت و زیان می‌داند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! مبادا اموال و فرزندان، شما را از یاد خدا غافل گرداند و هر کسی چنین کند از زیان کاران است.»

(منافقون، ۹)

موضوع ۱۰۲: توجه به تربیت دینی

وَ إِذْ قَالَ لِقْمَانُ لِأَبْنِهِ وَ هُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ

(به خاطر بیاور) هنگامی را که لقمان به فرزندش - در حالی که او را موعظه می‌کرد - گفت: «پسرم! چیزی را همتای خدا قرار

مده که شرک، ظلم بزرگی است.»

(لقمان، ۱۳)

بیشتر اشاره کردیم که یکی از وظایف مردان، حفظ حریم معنوی و دینی خانواده است. در اینجا این نکته را متذکر می‌شویم که این وظیفه و مسئولیت در قبال فرزندان اولویت دوچندان دارد. یکی از وظایف والدین نسبت به فرزندان، تربیت دینی و آشنا کردن آنان با معارف الهی است. از آنجا که انسان‌ها غالباً به نیازهای مادی بیشتر از نیازهای معنوی توجه دارند، ممکن است در رفع نیازهای فرزندان به جنبه‌های معنوی کمتر توجه نمایند و حال آنکه رسیدگی به امور معنوی و تربیت دینی به مراتب مهم‌تر می‌باشد.

بخش مهمی از آیات مربوط به سوره لقمان، مربوط به همین موعظه‌های دینی آن حکیم فرزانه نسبت به فرزندش است که قرآن کریم از آن به عنوان رفتار دینی مطلوب تمجید کرده است. این آیات از آیه بالا، یعنی آیه ... سوره لقمان آغاز و به آیه پایان می‌یابد. مطالعه دقیق این آیات نکات آموزنده بسیاری در نوع تربیت دینی فرزندان خواهد داشت. نمونه دیگری از این حساسیت در تربیت دینی فرزندان را در ماجرای وصیت حضرت ابراهیم و یعقوب می‌خوانیم: «وَ وَصَّىٰ بِهَا إِبْرَاهِيمُ بَنِيهِ وَ يُعْقُوبُ يَا بُنَيَّ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَىٰ لَكُمْ الدِّينَ فَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَ أَنْتُمْ مُسْلِمُونَ؛ و ابراهیم و یعقوب پسرانشان را به آیین اسلام سفارش کردند که: ای پسران من! یقیناً خدا این دین را برای شما برگزیده، پس شما باید جز در حالی که مسلمان باشید، نمیرید.» (بقره، ۱۳۲)

بسیاری از افرادی که در بزرگسالی نسبت به عبادات سستی از خود نشان می‌دهند، بی اعتقاد به دین و تکالیف دینی نیستند، بلکه عواملی چون بی‌توجهی و یا عدم تقید والدین نسبت به انجام به موقع تکالیف عبادی، عدم ورزیدگی کودکان در انجام عبادات در کودکی و ناآگاهی آنان از فلسفه و اهمیت عبادات، در این زمینه نقش دارند.

در روایات هم، نامه حکیمانه امام علی به فرزندش [نامه ۳۱ نهج البلاغه] و بسیاری از وصایای اهل بیت که در کتب روایی آمده، نمونه برجسته این مدعا هستند.

مهم‌ترین اصول تربیت دینی مورد تأکید عبارت است از:

الف - ایجاد حس محبت به خدا در فرزندان: باید دانست که منشأ تربیت، تنها ارائه درستی‌ها به کودک نیست، بلکه ایجاد عشق و رغبت به درستی‌ها نیز هست. به عبارت دیگر، باید حس دوستی با خدا را به تدریج در فرزندان تزریق کرد تا در متن جنجال‌ها و هیاهوهای زندگی آینده خود، لحظه‌هایی را برای خلوت کردن با خود، ارتباط با خالق خود

و تمرین دعا و نیایش برای بیان نیازهایشان با خداوند متعال داشته باشند. متأسفانه برخی خانواده‌های متدین جلوه نادرستی از خداوند را در ذهن کودکان خود ترسیم کرده و او را با مفاهیم غیرضروری چون جهنم و دوزخ و ... بیش از رحمت و مهربانی خداوند آشنا می‌کنند. خواندن قصه‌های دینی جذاب و ایجاد فضای شاد معنوی تأثیر زیادی در خدادوستی و دین‌محوری فرزندان خواهد داشت.

ب- انجام مشتاقانه تکالیف دینی: پدر و مادر هر دو وظیفه دارند که فرزند خود را با عادات مذهبی صحیح پرورش داده و احکام شرعی متناسب با نیازش را به او آموزش دهند. یکی از مهمترین تکالیف دینی که در روایات مورد تأکید زیاد قرار گرفته، آموزش نماز و پیگیری ادای نماز توسط فرزندان است. برای اینکه فرزندانمان با این فریضه بسیار مهم و کلیدی انس گرفته و آن را تا پایان عمر خود مهم و بایسته بدانند، باید اولاً خود والدین به نماز اهمیت داده و اوقات نماز را در خانه، مختص نماز بدانند و ثانیاً از همان کودکی شوق و رغبت را در آنها ایجاد کرده و با راهکاری جذب و تشویق، حس مثبتی را در آنان برای نماز ایجاد کنیم. آنگاه این پیگیری در سنین نوجوانی حالت جدی تری به خود گرفته و حتی گاهی امر و نهی قاطع پدر و مادر را می‌طلبد. پیامبر خدا(ص) فرمودند: «فرزندان خود را در هفت‌سالگی نماز بیاموزید و چون ده‌ساله شدند، آنها را بر ترک نماز تنبیه کنید.»

البته باید بکوشیم حس و رغبت کودکان نسبت به تکالیف عبادی، به انگیزه و خواست درونی تبدیل شود؛ نه اینکه از روی اکراه باشد یا صرفاً در حد اطلاعات دینی باقی بماند. بنابراین، باید افزون بر بعد شناختی، با بهره‌گیری از بُعد عاطفی کودکان، از ابتدا تصویری زیبا از دین و تکالیف دینی برای آنان ترسیم کرد.

در آیه ۳۲ سوره طه به پیامبر دستور داده می‌شود: «وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا؛ خانواده‌ات را به نماز امر کن و در این کار اصرار و ایستادگی کن!»

متأسفانه در تحقیقاتی که از جامعه دانش‌آموزی و نوجوان و جوان شده است، درصد بالایی از آنان علت توجه به نماز خود را توجه خانواده‌های خویش به آن دانسته‌اند. پیامبر خدا(ص) فرمودند: «فرزندان خود را در هفت‌سالگی نماز بیاموزید و چون ده‌ساله شدند، آنها را بر ترک نماز تنبیه کنید و بسترهایشان را از هم جدا سازید». هم‌چنین امام صادق(ع) فرمودند: «فرزند را باید از سن پانزده‌سالگی برای روزه گرفتن تربیت کرد»

ج- ایجاد محبت به پیامبر(ص) و اهل بیت(ع): یکی از مهم‌ترین اهداف تربیت دینی بر اساس روایات دینی، آشنا کردن فرزندان با پیامبر(ص) و اهل‌بیت(علیهم‌السلام) و ایجاد محبت به آنان است که موجبات سعادت و خوشبختی فرزندانمان را فراهم می‌کند. رسول خدا(ص) خطاب به یکی از انصار فرمود: «فرزندان خود را بر دوستی علی(ع) ادب کنید». هم‌چنین امام صادق(ع) به یاران خود فرمود: «به فرزندان خود احادیث ما را تعلیم دهید؛ پیش از آنکه منحرفین بر شما سبقت بگیرند.»

زنده نگه داشتن یاد اهل‌بیت(علیهم‌السلام) و برپایی مراسم تولد و سوگواری آنان و یا شرکت دادن فرزندان در این مجالس علاوه بر فراهم نمودن زمینه برای آشنایی با معارف دینی و آشنایی با اهداف و راه و رسم زندگی آنها، موجب برقراری ارتباط معنوی فرزندان با اهل‌بیت(علیهم‌السلام) خواهد شد.

د- آموزش قرآن: یکی از حقوق فرزندان بر پدر و مادر این است که او را با قرآن آشنا سازند. هر چه فرزندان از کودکی با قرآن آشنا آشنا تر شوند، از انحرافات و مفسد اخلاقی بیشتر فاصله خواهند گرفت. این آموزش‌ها که از مهارت‌های ظاهری چون روخوانی و تجوید و قرائت آغاز و به حفظ و مفاهیم منجر می‌شود، اثر زیادی در آینده مذهبی فرزندان خواهد داشت. به همین دلیل، در احادیث دینی سفارش زیادی بر این موضوع شده است؛ چنان که امام علی(ع) در این رابطه فرموده است: از جمله حقوق فرزند بر پدر و مادر این است که نامی نیکو بر او بنهد و به خوبی تربیتش کند و قرآن را به او بیاموزد.»

ه- ایجاد عادات مذهبی مثبت: بسیار مناسب است که والدین عادات مذهبی مثبتی چون دعا کردن، مسجد رفتن، صدقه دادن، حجاب و ... را از همان کودکی و به تدریج در فرزندان خود ایجاد کنند. هم‌چنین باید بدانند که بخش عظیمی از تأثیرپذیری تربیتی در کودکان به خاطر دوستان و محیط بیرون خانه است. بنابراین به رفاقت‌ها و دوستی‌های خارج از منزل توجه نمایند.

و- آموزش احکام ضروری دین: تعلیم برخی مسائل شرعی به کودکان قبل از سن بلوغ از ضروریات است و علاوه بر تعلیم، اصرار بر اجرا و رعایت آن لازم است. گاهی خانواده‌های محترم عدم بلوغ شرعی اطفال و نوجوانان را بهانه آزاد قرار دادن آن‌ها می‌نمایند و در تعلیم و تربیت آن‌ها کوتاهی می‌کنند یا این که اعتقاد به تسامح و تساهل داشته و یا شروع به تربیت و تعلیم آداب اسلامی را برای سن قبل از بلوغ، زود می‌دانند. آیه ۵۸ سوره نور را یکی از دستورات دینی برای نوجوانان است که مربوط به سن قبل از بلوغ آنان می‌باشد.

در پایان، ذکر این نکته نیز ضروری است که دعای پدر و مادر هم در این باره اثر زیادی دارد و از متن آیات و ادعیه فراوانی فهمیده می‌شود که این یکی از دعاهای ثابت اولیای خداوند بوده است. برای نمونه به این دعاهای قرآنی توجه فرمایید: «رَبَّنَا وَاجْعَلْنَا مُسْلِمِينَ لَكَ وَمِنْ ذُرِّيَّتِنَا أُمَّةً مُسْلِمَةً لَكَ...» (بقره، ۱۲۸) / «رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي» (ابراهیم، ۴۰) / «رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي» (احقاف، ۱۵) / «رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا ذُرِّيَّتَنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ» (فرقان، ۷۴)

موضوع ۱۰۳: آموزش آداب و مهارت‌های زندگی

وَ أَقْصِدْ فِي مَشِيكَ وَ اغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ

پسرم، در رفتار اعتدال و میانه روی را رعایت کن و از صدای خود بکاه و هرگز فریاد مزن که زشت‌ترین صداها، صدای خرها است.

(لقمان، ۱۹)

از جوانی پرسیدند بدترین دردها چیست گفت: «درد دندان و داشتن زن بد.» پیری این مطلب را شنید و گفت: «دندان را می‌توان کشید و زن را می‌توان طلاق داد. بدترین‌ها درد چشم و داشتن فرزند بد است. نه چشم را می‌توان جدا کرد و نه نسبت فرزند را می‌توان منکر شد.»

این حکایت آموزنده بیان‌گر حقیقت مهمی درباره تربیت فرزند است. ادب اولین مرحله دین‌داری است:

دین سراپا سوختن اندر طلب انتهایش عشق آغازش ادب

فرزند مؤدب و خوش اخلاق روح انسان را شاد کرده و نام نیک و جاودانه‌ای برای آدمی است. امام علی (ع) می‌فرماید: «لا میراث کالأدب؛ هیچ ارثی بهتر از ادب نیست.» به همین خاطر، آموزش آداب اجتماعی و ارائه الگوی مناسب رفتاری، بسیار مهم است. آیه بالا، نمونه‌ای از این آموزش توسط لقمان حکیم به پسرش است.

مناسب است که پدر و مادر از همان ابتدای کودکی، آداب غذا خوردن، نشستن، خوابیدن، مهمانی، و رفتارهایی چون چون سلام کردن، احترام به بزرگتر، تشکر کردن، منظم بودن، خوشرو بودن، مهربانی، رفاقت و دوستی و هم‌فکری اجتماعی و مانند آن را به فرزند خود آموزش دهند.

اهمیت این مطلب تا جایی است که آن بزرگوار، در یکی از حکیمانانه‌ترین دستورات دینی می‌فرماید: «فرزند خود را تا شش سالگی آزاد بگذار، سپس در شش سالگی او را علم و سواد بیاموز؛ بعد از آن، هفت سال او را با خود داشته باش و آداب و تربیت‌های خود را به او بیاموز؛ اگر تربیت‌پذیر بود و اصلاح شد، زهی سعادت و گرنه او را به حال خود واگذار.» متأسفانه امروزه فراوان دیده می‌شود که این آداب اجتماعی که رعایت آن می‌تواند منشأ خیرات فراوان باشد، ترک شده و فرزندان و الدین در آموزش تعالیم درسی بیشتر از ادب وقت می‌گذارند. آنگاه شاهد گسترش روزافزون مدارک علمی و تحصیلات عالی در جامعه هستیم، ولی متأسفانه به گواه خود آنان، ادب و احترام در میان جوانان کم‌رنگ شده است.

علاوه بر آداب اجتماعی و فردی، برخی آموزش‌ها و مهارت‌های لازم دیگر نیز وجود دارد که شایسته است والدین در آموزش آن به فرزندان خود اهتمام بورزند. مهم‌ترین این موارد، آموزش سواد و ایجاد رغبت نسبت به علم‌آموزی و نیز نشاط جسمی و ورزش است. پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله وسلم) در این باره فرمودند: «حَقُّ الْوَالِدِ عَلَى الْوَالِدِ أَنْ يُعَلِّمَهُ الْكِتَابَةَ وَالرِّمَاحَةَ وَالرَّمَاحَةَ وَأَنْ لَا يَرْزُقَهُ إِلَّا طَيِّبًا؛ حق فرزند بر پدرش این است که خواندن و نوشتن و شنا کردن و تیراندازی به او تعلیم دهد، و جز غذای حلال به او نخوراند.»

موضوع ۱۰۴: الگودهی به فرزندان

رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ

[ابراهیم گفت:] پروردگارا! مرا برپادارنده نماز گردان و از فرزندانم نیز و دعای مرا پذیر

(ابراهیم، ۴۰)

انسان ذاتاً الگوطلب و الگوپذیر است. به همین جهت یکی از بهترین و کوتاه‌ترین روش‌های تربیت برای نمونه و تربیت عملی هرچه کمال و جاذبه نمونه ارائه شده بیشتر باشد. این روش کارآیی بیشتری خواهد داشت. تربیت ابتدایی کودک به‌طور طبیعی با روش الگویی شکل می‌گیرد؛ چراکه کودک در چند سال نخست زندگی خود، همه کارهایش را از الگوهای پیرامون خود که در درجه اول «پدر و مادر» او هستند، الگوبرداری می‌کند و با تقلید از آنان رشد کرده و ساختار تربیتی‌اش سامان می‌یابد.

به‌طور کلی روش الگویی به‌عنوان تربیت عملی بر جان انسان‌ها می‌نشیند و در نفوس آن‌ها رسوخ می‌کند. به همین جهت قرآن کریم در آیه ۴۴ بقره می‌فرماید: «اتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ؛ آیا مردم را به نیکی دعوت می‌کنید، اما خودتان را فراموش می‌نمایید. در آیات ۲ و ۳ سوره صف نیز مشابه این مطلب آمده است.

پدر و مادر وظیفه دارند برای تربیت بهتر فرزندان‌شان، اولاً الگوهای خوبی برای آنان معرفی کرده و قصه‌های مناسب دینی را به آنان بیاموزند تا مایه عبرت‌آموزی آنان شود. برخی از این الگوها در فصل سوم بیان شد. ثانیاً محیط مدرسه و دوستان او را مناسب تربیت‌های دینی خود انتخاب کنند و از همه مهم‌تر، خدشان الگوی خوبی برای او باشند.

در آیه فوق، حضرت ابراهیم (ع) پیش از آنکه از خداوند درخواست کند تا فرزندان‌ش را نمازخوان قرار دهد، خودش را مقدم کرده است. این نشان‌دهنده اهمیت الگوسازی مثبت پدر و مادر برای فرزندان در تربیت دینی آنان است.

والدین نخستین الگوهای رفتاری هستند که فرزند با آن‌ها مواجه است. فرزندان مفاهیمی مانند مهربانی، احترام، دوست داشتن، دروغ، خشم و بقیه خصوصیات شخصیتی را به‌طور ناخودآگاه از والدین خود الگو می‌گیرند. به همین دلیل والدین باید کاملاً نسبت به رفتارهای خود در قبال فرزند خود هشیار باشند؛ مثل این که در برابر فرزندان سخنان زشت و بی‌ادبانه نگویند، و به یکدیگر توهین نکنند، فحاشی و بددهانی ننمایند، دروغ نگویند، تهمت نزنند، کتک کاری نکنند و خلاصه این که به بچه‌ها درس عملی بدهند. زیرا اگر خودشان آلوده این اعمال زشت باشند و به بچه‌ها سفارش به کارهای خیر کنند، هیچ اثری ندارد.

امروزه با نهایت تعجب و شگفتی، شاهد این هستیم که برخی والدین رفتارهایی را که خود در انجام آن ناتوان بوده، از فرزند خود خواسته و آرزوهای خود را در او جستجو می‌کنند. کودک که هنوز شش سال او تمام نشده، به کلاس زبان خارجی و کامپیوتر و حفظ قرآن و ... می‌برند. از آنان می‌خواهند در روز کتاب و مجله مطالعه کنند و آخر شب، مسواک زده و به موقع بخوابند؛ دیگران را مسخره نکنند و بددهنی و بدگویی نکنند و به همین منوال، او را به بسیاری از

رفتارهای مثبت اجتماعی دیگر، امر و نهی می‌کنند؛ حال آنکه خودشان هیچ یک از این رفتارها را ندارند. نتیجه آنکه فرزندان پیوسته در حال مشاهده تناقض میان رفتار و گفتار والدین خود بوده و دچار سردرگمی می‌شوند. یکی از مهم‌ترین کارهایی که یک پدر و مادر می‌توانند برای فرزندانشان انجام دهند این است که به یکدیگر احترام و محبت داشته باشند. وقتی بچه‌ها این گونه روابطی را می‌بینند، ناخودآگاه حس احترام و محبت به خانواده در وجودشان شکوفا شده و رفتارهای دیگر پدر و مادر را هم به عنوان الگو می‌پذیرند.

موضوع ۱۰۵: همدلی و همراهی در امور تربیتی

... وَ اَتَمِرُوا بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ ...

و در میان خود [درباره فرزند] به نیکی و شایستگی مشورت کنید.

(طلاق، ۶)

یکی از مشکلاتی که درباره تربیت فرزندان دامن گیر خانواده‌ها می‌شود، دوگانگی الگوهای رفتاری و پیشنهادی پدر و مادر برای فرزند است. روان‌شناسان توصیه می‌کنند بهتر است والدین حتی قبل از بچه‌دار شدن با هم در مورد رفتارها و انتظارات‌شان در قبال کودک حرف بزنند و تصمیم بگیرند. البته در دین مبین اسلام بر این همراهی و همدلی تأکید شده، ولی محور آن را مسائل سلیقه‌ای نمی‌داند؛ بلکه باید بر اساس آموزه‌های دینی این همراهی صورت بگیرد.

مهم‌ترین نکته‌ای که والدین باید در مورد آن به توافق برسند، انضباطی است که فرزند در چارچوب آن قرار خواهد گرفت. رفتارهای فرزند باید حد و مرز مشخصی داشته باشد. باید کسی باشد که به او درست یا غلط بودن هر رفتاری را آموزش دهد. در صورتی که والدین در این مورد با یکدیگر توافق نداشته باشند، فرزند دچار سردرگمی خواهد شد.

قرآن کریم این توصیه مهم را در قالب عبارت بالا به والدین بیان کرده و از آنان خواسته تا به نیکی و شایستگی درباره امور فرزند با هم مشورت کنند؛ اگرچه موضوع این عبارت، درباره حکم شیر دادن کودک است، ولی نمی‌توان و نباید از عبارت عام و فراگیر آن دست برداشت.

هم‌چنین باید توجه داشت که در الگوی تربیت دینی از منظر قرآن و روایات معصومین (ع) حتی همراهی خود فرزندان و نظر موافق آنان در این امور مهم دانسته شده است. به عبارت دیگر، شخصیت‌دهی فرزندان و پرهیز از امر و نهی غیر ضروری و خدای ناکرده تنبیه آنان مورد نکوهش شدید است. شخصی خدمت امام رضا (ع) رسید و از فرزند خود شکایت نمود، حضرت (ع) فرمودند: «او را نزن بلکه برای مدتی کوتاه با او قهر کن» امام علی (ع) نیز از تأدیب هنگام خشم نهی می‌کند و می‌فرماید: «هرگز کسی را زیاد سرزنش نکن چون موجب دشمنی و لجاجت می‌شود.»

این موضوع در سنین نوجوانی و جوانی اهمیت بیشتری نیز دارد. متأسفانه در این روزگار تعصب بی‌جای برخی والدین و خود رأیی در امور خانوادگی باعث گریزان شدن فرزندان از کانون خانواده و به بیراهه رفتنشان می‌شود.

نمونه بسیار گویای این مطلب را می‌توان در رابطه نیکوی پیامبری چون حضرت شعیب با دخترانش دید که به آنان حق اظهار نظر در امور خانواده را می‌داد و مشورت می‌کرد تا جایی که پیشنهاد یکی از آنان مبنی بر استخدام حضرت موسی (ع) را با دل و جان پذیرفت. (آیات ۲۶ و ۲۷ قصص)

موضوع ۱۰۶: فراهم آوردن مقدمات ازدواج ساده و سالم

وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَ
اللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

مردان و زنان بی همسر خود را همسر دهید، همچنین غلامان و کنیزان صالح و درستکاران را؛ اگر فقیر و تنگدست باشند، خداوند از فضل خود آنان را بی نیاز می سازد؛ خداوند گشایش دهنده و آگاه است!

(نور، ۳۲)

یکی از جدی ترین حقوق فرزندان بر پدر و مادر این است که شرایط و مقدمات لازم برای ازدواج مناسب آنان را فراهم کرده و در این راه پشتیبان و مشاور خوبی برای آنان باشند. در روایتی از پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله وسلم) می خوانیم: «حَقُّ الْوَالِدِ عَلَى وَالِدِهِ أَنْ يُحَسِّنَ اسْمَهُ، وَيُزَوِّجَهُ إِذَا أَدْرَكَ، وَيُعَلِّمَهُ الْكِتَابَةَ؛ حق فرزند بر پدرش این است که برایش نام نیک انتخاب کند، و هنگامی که به سن ازدواج رسید، مقدمات ازدواجش را فراهم نماید، و خواندن و نوشتن به او یاد دهد».

آیه بالا یکی از دستورات مهم در این زمینه را به همه مسلمانان می دهد. پدر و مادر وظیفه دارند هنگامی که فرزندشان (چه پسر و چه دختر) به سن ازدواج رسید وسایل ازدواجش را آماده کنند. پیامبر (ص) در روایت دیگری می فرماید: «اگر جوان بر اثر سخت گیری بی دلیل پدر و مادر موقت بر ازدواج نشود و به خاطر ترک ازدواج به گناه بیفتد، پدر و مادر نیز در گناه این فرزند شریکند!»

در این باره به چند نکته دیگر مهم باید توجه کرد:

الف- ازدواج ساده نشانه آبروریزی نیست:

اگر مهریه ساده، جهیزیه سبک، جشن کم خرج، مایه آبروریزی است، انحراف جوانان و آلودگی جنسی آنان و روابط نامشروعی که به خاطر موانع ازدواج رخ می دهد، مایه آبروریزی نیست؟! چرا برخی خانواده ها اینقدر ازدواج را سخت می گیرند و برای خود و جوانان مشکل ساز شده اند؟ بسیاری از این سنگ اندازی ها توسط خود والدین صورت می گیرد. رسول خدا (صلی الله علیه و آله) می فرمایند: «بهترین ازدواج ها آن است که آسان انجام گیرد.»

ب- معیارهای همسر شایسته را گم نکنید:

این بحث بسیار دامنه دار و مهم است. ما فقط به چند مورد کلی اشاره می کنیم:

۱- بر اساس آموزه های دینی ایمان و دینداری اولویت اصلی در ازدواج با همسر مومن و با تقوا می باشد که در سایه این ایمان می توان به آرامش رسید. طبیعتاً اگر کسی پایبند به دین نباشد. هیچ ضمانتی وجود ندارد که به حقوق همسر و

زندگی مشترک متعهد و پایبند باشد. حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) می‌فرمایند: «هرگاه خواستگاری آمد که دین‌دار و با اخلاق بود، خواسته‌اش را بپذیر و از تنگ‌دستی‌اش هراسی به دل راه مده.»

۲- شرافت و اصالت خانوادگی یکی دیگر از اولویت‌های ازدواج موفق است. البته اصالت خانوادگی به معنای سلامت خانواده و اصیل بودن است؛ نه به ثروت و اصل و نسب و هزار فامیل بودن.

۳- کفویت ملاک دیگری است که در ازدواج، همواره مورد تأکید رسول اعظم (صلی الله علیه و آله وسلم) و ائمه معصومین (علیهم السلام) بوده یعنی تناسب و همتایی و هماهنگی در ویژگی‌های اصلی افراد در جمیع جهات ایمانی، فکری، اقتصادی، سنی، فرهنگی، علمی و اخلاقی.

فصل شانزدهم: مهارت رفتار مناسب اقتصادی

یکی از مهارت‌های لازم در زندگی که رابطه مستقیم و مؤثری در بهبود برخی مهارت‌های دیگر نیز دارد، کسب مهارت‌های اقتصادی است. دین مبین اسلام به موضوع اقتصاد نیز همچون موضوعات دیگر نگاهی جامع و کمال‌محور داشته است؛ به گونه ای که ایده اقتصادی اسلام را می‌توان از دقیق‌ترین و ظریف‌ترین ایده‌های اقتصادی میان ادیان و مکاتب گوناگون و بلکه از همه آنها سرآمدتر دانست. بیشتر ادیان و مکاتب این موضوع را یا به کلی وانهاده و یا فقط به ذکر برخی کلیات در احکام و قوانین آن پرداخته‌اند. این در حالی است که توجه به مسائل اقتصادی همواره یکی از اهداف پیامبران بوده است؛ زیرا سلامت اجتماع بستگی به سلامت اقتصاد آن دارد.

امروز با توجه به ناکامی‌ها و شکست نظام‌های اقتصادی تقلیدی از شرق و غرب، لزوم مراجعه به دیدگاه اقتصادی اسلام بیش از پیش آشکار شده است. از این رو، شایسته است تا یکایک افراد با مراجعه به قرآن و سنت معصومین (ع)، مهارت‌های اصلی اقتصادی را کسب کرده تا در تمام مراحل زندگی به موفقیت دست پیدا کنند.

در ادامه با برخی از مهارت‌های لازم و بایسته برای بهبود و هدفمندی اقتصاد فردی و عمومی آشنا خواهیم شد.

موضوع ۱۰۷: باور به رازقیت خداوند

إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ

فقط خداوند روزی‌دهنده و صاحب قوت و قدرت است.

(ذاریات، ۵۸)

یکی از اصلی‌ترین نیازهای بشر، رزق و روزی است. البته مفهوم رزق از آن‌چه در محاورات روزمره به کار می‌رود، فراتر است. رزق، به معنای هر گونه عطیه الهی است که بدون عوض و استحقاق عطا می‌شود. به عبارت دیگر، ما غالباً رزق را درباره دارایی و ثروت و غذا و موارد این‌چنینی می‌دانیم، ولی این واژه در زبان قرآن، به تمام چیزهایی گفته می‌شود که از سوی خدا به انسان عطا شده و مورد بهره‌برداری او قرار می‌گیرد؛ مانند مال، سلامتی، زیبایی، علم و ...^۲

انسان موحد و خداپرست باید باور داشته باشد که رزق و روزی مادی از ناحیه خدا برای او تضمین شده و به دست او می‌رسد. او بنا بر آموزه‌های قرآن، خزانه رحمت الهی را گسترده و تمام‌ناشدنی می‌داند. این باور سبب می‌گردد تا فرد اولاً به دنبال کسب روزی از طریق راه‌های حرامی چون فریب و دروغ و رشوه و اختلاس و ... نرود و ثانیاً غصه‌تنگی معیشت و رزق و روزی امروز و فردای خود را نداشته باشد.

آری، اگر غلام خانه‌زادی پس از سال‌ها بر سر سفره صاحب خود نشستن و خوردن، غصه‌دار شود و بگوید فردا چه بخورم؟ این توهین به صاحبش است. ما نیز بعد از عمری روزی خدا را خوردن، جا ندارد برای روزی فردایمان غصه‌دار و نگران باشیم.

خدای راست مسلم بزرگواری و لطف که جرم بیند و نان برقرار می‌دارد

متأسفانه بسیاری از افراد معتقدند برای به دست آوردن ثروت، فقط باید زرنگ بود و حقه‌بازی کرد و راه پول درآوردن را یاد گرفت؛ درحالی‌که به فرموده قرآن، خداوند روزی هر کس را بخواهد، گشایش داده یا تنگ می‌کند و برای این کار فقط به میزان توانایی و زرنگی اشخاص توجه نمی‌کند:

به نادانان چنان روزی رساند که دانا اندر آن عاجز بماند

حتماً داستان دو فقیر در زمان سلطان «محمود غزنوی» را شنیده‌اید که یکی به خاطر به دست آوردن روزی بیشتر، دائماً چاپلوسی سلطان را می‌کرد و دیگری تکه کلامش این بود که «کار خوبه خدا درست کنه، سلطان محمود خر کیه؟!» ... در نهایت هم خدا کاری کرد که گدای متملق هم‌چنان گدا ماند و آن دیگری، به ثروت رسید. شاعر شیرین سخن پارسی؛ «حافظ»؛ این مفهوم را در قالب بیتی پرمغز و زیبا این‌چنین سروده است:

بر در شاهم گدایی نکته ای در کار کرد: «بر سر هر خوان که بنشستم، خدا رزاق بود.»

^۲ طباطبایی، محمد حسین، المیزان، ج ۳، ص ۱۴۱.

تاریخ پر است از این جکایات پند آموز. آورده‌اند که حکیمی، از شخصی پرسید: «روزها و شب‌هایت چگونه می‌گذرد؟» آن شخص با ناراحتی جواب داد: «چه بگویم، امروز از گرسنگی، مجبور شدم کوزه سفالی را که یادگار صد ساله اجدادم بود، بفروشم و نانی برای خود تهیه کنم.» حکیم به او گفت: «خداوند روزی‌ات را صد سال پیش کنار گذاشته و تو این‌گونه ناشکری می‌کنی؟!»

از مرگ میندیش و غم رزق مخور کاین هر دو به وقت خویش ناچار رسد
آری، انسان موحد همواره خود را مستمری بگیر و کارگر خدا می‌داند و حتی اگر به‌ظاهر دیگران به او کمک کرده و مشکل‌گشایی کنند، آن را نیز از یرتو عنایت خداوند رحمان می‌داند.

خداوند در آیه ۲۷ و ۲۸ سوره ذاریات می‌فرماید: « وَ فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَ مَا تُوعَدُونَ ﴿۲۷﴾ فَوَرَبِّ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ إِنَّهُ لَحَقٌّ مِّثْلَ مَا أَنَّكُمْ تَنْطِقُونَ ﴿۲۸﴾ روزی و آنچه به شما وعده داده شده، در آسمان‌ها وجود دارد. به پروردگار آسمان و زمین این سخن حقیقت است؛ همان‌گونه که شما (وقت تکلم می‌دانید که) حرف می‌زنید.. » در این زمینه حکایتی عجیب در تفاسیر نقل شده است که می‌توانید به تفسیر نمونه ذیل ایه مورد نظر مراجعه کنید. افسوس بر ما که اگر چک یا سفته و قراردادی از کسی داشته باشیم، به او اعتماد می‌کنیم، ولی به سخن پروردگار خود که راست‌گوترین وعده‌دهندگان است، ایمان نیاورده‌ایم.

بدبخت کسی که سر بتابد زین در، که دری دگر بیابد

افسوس بر ما که با وجود وعده جمیل پروردگاران، نقش بندگان را در کمی و زیادی روزی خود در دست بندگان و مخلوقات دیگر می‌بینیم و از روزی‌دهنده اصلی غافل شده‌ایم. روز و شب برای به دست آوردن مقابل هر نامردی سر خم کرده و از ترس کم شدن روزی مجیزگوی این و آن شده‌ایم و حتی در مسائل کلان اقتصادی به جای چشم دوختن به توان داخلی، چشم به لبخند بیگانگان دوخته‌ایم: « الَّذِينَ يَتَّخِذُونَ الْكَافِرِينَ أَوْلِيَاءَ مِنْ دُونِ الْمُؤْمِنِينَ أَلِيَّتُهُمْ عِنْدَهُمُ الْعِزَّةُ فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا؛ همان کسانی که به جای مؤمنان، کافران را دوست می‌گزینند؛ آیا عزت را نزد آنان می‌جویند با آنکه بی‌گمان عزت همه از آن خداوند است. » (نساء، ۱۳۹)

آبرو هرگز ندارد. آنکه در هر صبح و شام پیش دونان، پشت را، بهر دو نان خم می‌کند

موضوع ۱۰۸: توجه به هدف عالی اقتصاد

وَ ابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَ لَا تَنْسَ نَصِيْبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَ أَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَ

لَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

و در آنچه خدا به تو داده، سرای آخرت را طلب کن؛ و بهره‌ات را از دنیا فراموش مکن؛ و همان‌گونه که خدا به تو نیکی کرده نیکی کن؛ و هرگز در زمین در جستجوی فساد مباش، که خدا مفسدان را دوست ندارد!

(قصص، ۷۷)

اولین شاخصه اقتصادی اسلام، توجه به هدف عالی اقتصاد است. دین ما، بر خلاف مکاتب بشری، اقتصاد را ابزاری برای پیمودن مسیر زندگی به سمت هدف بندگی می‌داند؛ نه اینکه آن را غایت و هدف زندگی بداند. به عبارت دیگر، ما اقتصاد خوب و پویا می‌خواهیم تا سالم زندگی کرده و بهتر خدا را بندگی کنیم؛ اما از منظر مکاتب غربی (مانند لیبرالیسم و کاپیتالیسم و امپریالیسم و ...) اقتصاد خودش هدف و غایت زندگی است.

آیه بالا به خوبی بر این نکته گواه است. این حکایت برخی مؤمنان به قارون است. آنان به قارون توصیه کردند تا از اموال و ثروت خود برای جلب منفعت اخروی استفاده کند و زکات و خمس دهد؛ هرچند بخشی از اموالش را برای شادی و رفاه دنیا استفاده می‌کند. در این آیه می‌خوانیم که آگاهان بنی اسرائیل چهار پیشنهاد به قارون کردند و گفتند: ۱- در آنچه خدا به تو داده سرای آخرت را طلب کن؛ ۲- بهره‌ات را از دنیا فراموش مکن؛ ۳- و همان‌گونه که خدا به تو نیکی کرده، نیکی کن؛ ۴- و هرگز در زمین در جستجوی فساد مباش. توصیه اول برای این بود که به وی بفهمانند هدف از ثروتمندی را فراموش نکرده و این اموال را هدیه‌ای از خداوند برای دینداری بهتر و دستگیری از نیازمندان بداند. از این جمله، به خوبی استفاده می‌شود که حتی ثروت افسانه‌ای قارون هم اگر در خدمت مردم و نیازمندان و پیشرفت جامعه قرار گیرد و سبب طغیان و فساد نشود، دارای ارزش است و اسلام با افراد ثروتمند و سرمایه‌دار دشمنی ندارد.

توصیه دوم خردمندان به قارون این بود که حد میانه را در انفاق رعایت کرده و دنیای خویشتن را نیز در نظر بگیرد. به عبارت دیگر، از دنیا گریزان نباشد و دچار تفسیر اشتباه از زهد نگردد. برخی گمان می‌کنند که از نظر دین، قدرت اقتصادی و پول داشتن امری ناپسند است. این گروه که از صدر اسلام تاکنون نظایر فراوانی در میان مسلمانان نیز دارند، برداشت نادرستی از مفهوم زهد در متون دینی داشته‌اند. آنان زهد را به معنای ترک دنیا و لذت‌های آن گرفته‌اند؛ در حالی که این واژه به معنای بی‌اعتنایی به زخارف دنیا و دوری از تعلق خاطر و دل‌بستگی به آن است. در قرآن کریم بارها از پول و مال به عنوان «خیر» یاد شده است؛ مانند آیه ۱۸۰ سوره بقره. این تعبیر نشان می‌دهد که اسلام ثروت و سرمایه‌ای را که از طریق مشروع به دست آمده باشد و در مسیر سود و منفعت اجتماع به کار گرفته شود خیر و برکت می‌داند و بر افکار نادرست آنها که ذات ثروت را چیز بدی می‌دانند خط بطلان می‌کشد. آری، دنیا و ثروت‌های مادی

در نظر اسلام تعارضی با آخرت ندارد؛ بلکه به کمک آن برخاسته است؛ مانند آب دریا که اگر از آن درست استفاده شده و سوار بر آن شویم، کشتی که بر آن سواریم بهتر حرکت می‌کند، ولی اگر بیش از اندازه بالا آمده و بر ما سوار شود، کشتی ما نیز سرانجامی جز غرق شدن نخواهد داشت.

«نعمَ مالٌ صالحٌ» خواندش رسول

ور بود در زیر کشتی، پستی است

مال را گر بهر دین باشی حمول

آب در کشتی هلاک کشتی است

در توصیه سوم، خردمندان از بنی اسرائیل این حقیقت را به قارون گوشزد کردند که فراموش نکن خداوند به تو نیکی کرده و تو هم باید نیکی کنی؛ یعنی به این توجه کن که این همه ثروت از ناحیه خودت به دست نیامده؛ بلکه خدا آن را به تو داده و تو فقط امانتدار حقوق مردم تهیدست و مستضعف هستی، پس به جز مقداری که برای نیاز شخصی لازم داری، بقیه‌اش را انفاق کن.

توصیه آخرین هم این بود که با این ثروت اقدام به فساد و تکبرورزی در زمین مکن؛ بلکه مطیع امر خدا و رسولش بوده و با آنان دسیسه مکن. این نیز یک واقعیت است که بسیاری از ثروتمندان بی‌ایمان گاه بر اثر جنون افزون‌طلبی و گاه برای برتری‌جویی، دست به فساد می‌زنند و جامعه را به محرومیت و فقر می‌کشانند و همه چیز را در انحصار خود می‌گیرند، مردم را برده و بنده خود می‌خواهند، و هر کسی زبان به اعتراض بگشاید او را نابود می‌کنند.

موضوع ۱۰۹: تلاش برای کسب روزی

وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلِعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

و از رحمت خود، برای شما شب و روز را قرار داد تا در شب آرامش گیرید و (در روز به کسب و کار پرداخته و) از فضل و بخشش او طلب کنید، و امید است که شکرگزار باشید.

(قصص، ۷۳)

بنابر روایاتی که از پیامبر اعظم (ص) و امامان معصوم (ع) رسیده، بر همه لازم است در راه به دست آوردن «درآمد حلال» تلاش کنند و از بیکاری و تنبلی و حرام خواری جداً پرهیزند. پیامبر گرامی اسلام (ص) می فرماید: «الْكَادُّ لِعِيَالِهِ كَالْمُجَاهِدِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ» [۳] کسی که برای اداره زندگی خانواده اش تلاش می کند، مانند کسی است که در راه خدا جهاد می کند».

یکی از معضلات جدی جامعه امروزی، بیکاری در میان جوانان و حتی قشر تحصیلکرده است. تردیدی نیست که مسئولین برای ایجاد فرصت‌های شغلی برابر مسئولیت بسیار جدی دارند، ولی با نهایت تأسف باید این حقیقت را نیز پذیرفت که روحیه تنبلی و عافیت‌طلبی در میان نسل جوان امروز نیز مزید بر علت شده و این فاجعه را عمیق‌تر کرده است. از نگاه قرآن کریم و سنت معصومین (ع)، بیکاری امری ناپسند و مذموم است. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «إِنَّ اللَّهَ يُبْغِضُ الشَّابَّ الْفَارِغَ؛ جوان بیکار، مورد خشم خداوند است». ابن عباس می گوید، هر گاه پیامبر (ص) از شخصی خوشش می آمد، از شغل او می پرسید. اگر می گفتند او شغلی ندارد، می فرمود: از چشم من افتاد. وقتی از آن حضرت، علت آن را می پرسیدند، می فرمود: مؤمن اگر دارای شغلی نباشد، با دین فروشی زندگی خودش را اداره می کند». از این حدیث معلوم می شود که ریشه بسیاری از فسادهای اخلاقی و اجتماعی چون سرقت و اعتیاد و ... نیز در بیکاری است. در سیره پیامبر اکرم (ص) بارها دیده شده که آن حضرت دست کارگر را بوسیده است. انس بن مالک می گوید: روزی که رسول خدا (ص) از غزوه تبوک باز می گشت، سوربن معاذ انصاری، (یا سعد انصاری) به استقبال آن حضرت شتافت و با پیامبر (ص) دست داد. حضرت فرمود: چه باعث شده که دست‌هایت این گونه سفت و پینه بسته باشد؟ جواب داد: با بیل برای کسب نفقه خانواده ام کار می کنم. حضرت دست وی را بوسید و فرمود: این دست هرگز آتش جهنم را حس نمی کند».

برخی فکر می کنند در زمان‌های گذشته فرصت‌های شغلی خیلی زیاد و راحت بود و مردان به راحتی می توانستند هزینه خود و خانواده‌شان را تأمین کنند؛ در حالی که تحلیل دقیق وضعیت اقتصادی آن زمان و حتی شنیدن خاطرات سالخوردگان گواه بر این معناست که آنان نیز برای آموختن یک حرفه و انتخاب شغل، وقت و تلاش و سختی بسیار می کشیدند. آنچه امروزه تغییر کرده است، روحیه کار و تلاش است که متأسفانه در نسل امروز تضعیف شده است تا جایی که همه به دنبال مشاغل آسان و پردرآمد با مزایای بالا هستند و در غیر این صورت، تلاشی برای به دست آوردن

حرفه‌های جدید نمی‌کنند. البته آموزش‌های غیرهدفمند و بی‌فایده در مدارس و روحیه چشم و هم‌چشمی در نوع کار و نیز بالارفتن سن تحصیل اجباری هم در افزایش نرخ بیکاری بی‌اثر نیست.

خلاصه کلام اینکه خداوند همان‌طور که در قرآن بر روزی‌رسانی خویشتن تأکید کرده، به بندگان نیز دستور داده تا برای به دست آوردن روزی خود تلاش کنند و آن را از راه‌های حلال به دست آورند. در بیشتر این آیات از تعبیر «لَتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ» استفاده شده است.

رزق اگر چند بی‌گمان برسد شرط عقل است جستن از درها

موضوع ۱۱۰: راههای افزایش روزی

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا (۳) وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ

و هر کس تقوای الهی پیشه کند خداوند راه نجاتی برای او فراهم می‌کند * و به او از جایی که گمان نمی‌برد روزی می‌دهد.

(طلاق)

در درس‌های گذشته گفتیم که روزی به دست خداست و در عین تلاش و کوشش، باید آن را از مسیرهایی که خدا تعیین کرده دنبال کرد. روشن است که همه ما دسوت داریم تا زندگی مرفه و بی‌دغدغه‌ای را دنبال کنیم. مشکلات اقتصادی دامن گیر زندگی بسیاری از مردم شده و خیلی‌ها صبح تا شب و در چند نوبت سر کار می‌روند تا بتوانند مخارج زندگی خود و خانواده را تأمین کنند. نکته‌ای که در این گفتار قصد داریم بدان پردازیم، موضوع «برکت مال» است. برکت در هر چیز به معنای پایداری خیر و رشد و بهره‌گیری بهینه و کامل از آن است. قدیمی‌ها خیلی به این موضوع اعتقاد داشتند؛ یعنی به دنبال مال پربرکت بودند و تلاش می‌کردند تا به مال خودشان هم برکت بدهند. این اعتقاد کاملاً برخاسته از متون دینی است. حال، باید پرسید راههای افزایش برکت در زندگی چیست؟ چکار کنیم تا پولمان برکت داشته باشد و مشکلات اقتصادی‌مان بر طرف شود؟ برای پاسخ به این سؤال، علاوه بر نکات قبلی که در درس‌های گذشته بیان شد، به برخی عوامل معنوی روزی‌رسانی خداوند اشاره می‌کنیم:

۱- تقوا:

خداوند تبار و پود نظام آفرینش را بر اساس حق آفریده است: «ما خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ؛ ما آسمان‌ها و زمین و آنچه را میان آن دو است، جز به حق و تا سرآمدی معین نیافریدیم.» (احقاف، ۳) بر این اساس، هر کس بخواهد پا در مدار حق بگذارد، همه جهان را در خدمت خویشتن دیده و چونان حرکت کشتی که در مسیر باد موافق جریان دارد، کارهایش پیش می‌رود. در نقطه مقابل، کسی که بخواهد از دستورات خداوند نافرمانی کند، جریان کلی پدیده‌های عالم را مخالف حرکت خویش دیده و باید بر خلاف جریان آب شنا کند.

ابر و باد مه و خورشید و فلک در کارند تا تو نانی به کف آری و به غفلت نخوری

با این توضیحات، روش می‌گردد که یکی از عوامل افزایش روزی تقواست. تقوا هم در کیفیت و هم در کمیت رزق تاثیر می‌گذارد. اهل تقوی، از امدادهای غیبی و مخزن‌های ویژه رحمت الهی برخوردارند. از آنجا که امور غیبی از توان محاسبه انسان خارج است، انسان‌های تقوا پیشه از آرزاق بی حساب و غیرقابل محاسبه برخوردار می‌شوند. پیامبر(ص) درباره نقش تقوا در افزایش روزی انسان‌ها می‌فرماید: «هر کس دوست دارد که عمرش طولانی و روزی اش زیاد شود، تقوای الهی پیشه کند و صله رحم نماید.»

در طرف مقابل، گناه و نافرمانی خداوند، رزق انسان را کاهش می‌دهد. گناه و نافرمانی خداوند، علاوه بر تنبیه معنوی که همان از دست دادن توفیق طاعت و شیرینی عبادت است، تنبیه مادی خداوند را نیز در پی دارد تا هر چه زودتر انسان

تبهکار به خود آید و به مسیر درست باز گردد: «وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعَمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ»؛ «خداوند [برای آنان که کفران نعمت می کنند] مثلی زده است: منطقه آبادی که امن [و آرام] و مطمئن بود و همواره روزیش از هر جا می رسید؛ اما نعمت خدا را ناسپاسی کردند و خداوند به خاطر اعمالی که انجام می دادند، لباس گرسنگی و ترس را بر اندامشان پوشانید.»

ذکر این نکته نیز ضروری است که تقوای اجتماعی نیز سبب افزایش رزق و برکت عمومی جامعه می شود؛ یعنی اگر جامعه در مسیر خداپرستی و دینداری حرکت کند، خداوند درهای نعمت و برکت آسمان و زمین را بر آنان باز خواهد کرد. (اعراف، ۹۶) بر این اساس، برای حل مشکلات اقتصادی چون بیکاری و خشکسالی و قحطی، نباید فقط به راهکارهای علمی اقتصادی اندیشید؛ بلکه باید متن جامعه را به تقوای عمومی نیز آشنا کرد. خداوند در آیه ۴۱ سوره روم می فرماید: «ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ»؛ در خشکی و دریا به سبب اعمال زشتی که مردم به دست خود مرتکب شدند، فساد و تباهی نمودار شده است تا [خدا کیفر] برخی از آنچه را انجام داده اند به آنان بچشانند، باشد که [از گناه و طغیان] برگردند.»

۲- **شکرگزاری:** «وَإِذِ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ»؛ هم چنین بخاطر بیاورید هنگامی را که پروردگارتان اعلام داشت که اگر شکرگزاری کنید نعمت خود را بر شما خواهم افزود و اگر کفران کنید مجازات من بسیار شدید است.» (ابراهیم، ۷)

یکی از مهم ترین عوامل افزایش دهنده روزی، شکر و سپاسگزاری است. منظور از شکر، فقط زبانی نیست؛ بلکه علاوه بر آن، باید نعمت های الهی را به اندازه و در جای خود و برای هدف مخصوص صرف کرد تا شکر واقعی نعمت صورت گرفته باشد. آیه بالا از سنت حتمی الهی در این زمینه پرده بر می دارد. این یک قانون تخلف ناپذیر الهی است که هر کس بدان عمل کند، نتیجه گوارایش را نیز خواهد دید. در مقابل، صفت زشت کفر و ناسپاسی، موجب نقصان و کاهش روزی می گردد. رسول خدا (ص) فرموده است: «هیچ بنده ای نیست که خداوند شکر را روزیش فرموده باشد و از افزایش نعمت محروم شود؛ زیرا خود می فرماید: اگر واقعاً سپاسگزاری کنید [نعمت] شما را افزون خواهم کرد.» این مطلب در آیه بالا منعکس شده است.

خردمند طبعان نعمت شناس بدوزند نعمت به میخ سپاس

۳- انفاق و نیکوکاری

مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَتَتْ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنبُلَةٍ مِائَةٌ حَبَّةٍ وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ (بقره، ۲۶۱)

مثل آنان که اموالشان را در راه خدا انفاق می کنند، مانند دانه ای است که هفت خوشه برویاند، در هر خوشه صد دانه باشد؛ و خدا برای هر که بخواهد چند برابر می کند و خدا بسیار عطا کننده و داناست.

«صدقه» نیز به عنوان یکی از انفاق های مستحب، در افزایش رزق انسان مؤثر است. در ادبیات دینی ما، صدقه و بذل و بخشش مال به فقرا، نه تنها ثروت انسان را کاهش نمی دهد و انسان را دچار فقر نمی کند، بلکه ثروت را افزایش می دهد

و داروی فقر انسان معرفی شده است. امام علی (ع) توصیه نموده است: «اسْتَنْزِلُوا الرِّزْقَ بِالصَّدَقَةِ؛ نزول رزق خود را با صدقه دادن بخواهید.» بر همین قیاس، انفاق‌های واجب و مستحب مال و ثروت، زمینه جلب رزق الهی را فراهم می‌آورد.

انفاق و دستگیری از نیازمندان موضوع بسیاری از آیات قرآن است. آیه بالا از چند برابر شدن مال انفاق‌کنندگان خبر داده است. البته صدقه و بخشش پنهانی، از اخلاص و تأثیر گذاری بیش‌تری برخوردار است. از همین رو امام باقر (ع) فرمود: «الْبِرُّ وَالصَّدَقَةُ السِّرُّ يُنْفِيَانِ الْفَقْرَ؛ نیکی و صدقه پنهانی، فقر را از میان برمی‌دارند.

خواهی که خدای بر تو بخشد با خلق خدای کن نکویی

۴- قرض الحسنه

مَنْ ذَا الَّذِي يُقْرِضُ اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا فَيُضَاعِفَهُ لَهُ أَضْعَافًا كَثِيرَةً وَاللَّهُ يَقْبِضُ وَيَبْصُطُ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ (بقره، ۲۴۵)

کیست که خدا را وامی نیکو دهد و خدا وام او را به دو برابرهای بسیار افزون کند خدا است که تنگی می‌آورد و فراوانی نعمت می‌دهد و به سوی او بازگشت می‌یابید

موضوع قرض دادن هم از عوامل افزایش روزی در قرآن است که در آیه بالا به آن پرداخته شده است. ثواب این عمل در روایات ده برابر صدقه بیان شده است. افزون بر افزایش روزی، قرض الحسنه فواید اقتصادی دیگری نیز دارد: ۱- صیانت از آبرو و حفظ کرامت نیازمندان؛ ۲- دستگیری بیشتر و بهتر از افراد دیگر به دلیل بازگشت اصل مال؛ ۳- ایجاد انگیزه در وام‌گیرنده برای بهره‌مولد و سودآور از مال؛ ۴- زمینه‌سازی برای دوری جامعه از تنپرووری و اتکا به دیگران ۵- تقویت نظام اقتصادی دینی در مقابله با نظام اقتصادی مبتنی بر ربا و بهره.

یکی از بهانه‌های ترک قرض دادن، ترس از عدم بازگشت مال و خلف وعده طرف مقابل است. به تعبیر قرآن در آیه ۲۶۸ بقره، شیطان مشابه این خوف و هراس‌ها را هنگام انفاق در اشخاص برمی‌انگیزد تا آنان را از فضیلت والای انفاق محروم سازد. به همین جهت، خداوند متعال در آیه فوق، از قرض الحسنه، به «قرض به خود» تعبیر نموده است تا مؤمنان را هم بازگشت مال را برای وام‌دهنده تضمین کند و آنان را به این کار ترغیب نماید.

۵- استغفار: «اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا (*). يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا (*). وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَيْنَ وَ يَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَ يَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا (*).»؛ از پروردگارتان آمرزش طلبید که او بسیار آمرزنده است. * تا بارانهای پر برکت آسمان را پی در پی بر شما فرستد * و شما را با اموال و فرزندان فراوان امداد کند، و باغهای سرسبز و نه‌های جاری در اختیارتان قرار دهد. (نوح، آیات ۱۰ تا ۱۲)

ابن عباس می‌گوید: مردی نزد امام علی (ع) آمد و گفت: یا امیر المؤمنین گناهان زیادی مرتکب شده‌ام. چه کنم تا خداوند این گناهان را ببامرزد؟ حضرت فرمود: «زیاد استغفار کن!» مرد دیگری آمد و از فقر و نیازمندی گله کرد. امام به او نیز فرمود: «استغفار کن.» مردی سومی آمد و از خشکسالی گله کرد. امام به او نیز فرمود: «استغفار کن.» مرد چهارمی آمد و عرض کرد: «دعا کنید خدا به من پسری بدهد.» امام به او هم فرمود: «استغفار کن و از خدا آمرزش

بخواه.» در این جا من از آن امام پرسیدم: «یا امیرالمؤمنین! افرادی با نیازهای گوناگون نزد شما آمدند. شما همه آنها را سفارش به استغفار کردید.» حضرت فرمود: «من این را از خود نگفتم؛ بلکه این را در نتیجه تأمل در گفته خدا به دست آوردم.» سپس آیه بالا را تلاوت کردند که در آن برای استغفار، فواید معنوی و مادی مختلفی ذکر شده است. در آیه ۳ سوره مبارکه هود نیز این مطلب آمده که استغفار سبب جلب روزی مادی و معنوی می شود.

در پایان بحث از عوامل افزایش روزی، ذکر این نکته ضروری است که از آیات و روایات متعدد برداشت می شود که عواملی چون دعا، ازدواج، صلّه رحم، بیداری بین الطلوعین و نماز شب و تلاوت سوره‌هایی چون یس و واقعه نیز تأثیر زیاد و ملموسی در وسعت روزی دارد.

با توجه به نکاتی که گفتیم جامعه مسلمین برای بهبود وضع اقتصادی خود باید معنویت بیشتری را نیز در خود حاکم کند. البته مقصود ما از معنویت، تنها ظواهر آن نیست؛ بلکه دوری از دورغ و رشوه و اختلاس و فریبکاری و حرامخواری و گرانفروشی و بسیاری از این گونه گناهان نیز در بی تقوایی جامعه تأثیر گذار است. از همین جا پاسخ این سؤال هم تا حدودی روشن می شود که چرا در جوامع غربی با وجود عدم تقید به دین، شاهد پیشرفت بهتر وضع اقتصادی هستیم؟ زیرا اولاً؛ ثانیاً آن جوامع در عمل به برخی دستورات دینی مانند کار و تلاش و مسئولیت پذیری بسیار بهتر از جوامع مسلمان هستند و بر این اساس، شایستگی دریافت رزق بیشتر را هم دارند. البته ما در اصل دهم از موضوع ۴۹ همین کتاب توضیح دادیم که این رفاه و آبادانی نباید موجب فریب مؤمنان شود؛ زیرا عوامل دیگری هم بجز شایستگی ذاتی آنان، در این آبادانی دخالت دارد.

اسلام به ذات خود ندارد عیبی هر عیب که هست از مسلمانی ماست

موضوع ۱۱۱: شایسته سالاری (ارتقاء تخصص و تعهد)

قَالَتُ إِحْدَاهُمَا يَا أَبْتَ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنْ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ

ای پدر، او را استخدام کن، همانا بهترین کسی را که می‌توان برای خدمتی انتخاب نمود آن است که به وصف قدرت و امانت آراسته باشد.

(قصص، ۲۶)

به دنبال کسب تخصص و شایستگی بیشتر باش!

یکی از سفارشات ویژه اسلام در مسائل اقتصادی، لزوم توجه به شایسته‌سالاری در مناصب حکومتی و اجتماعی و حتی زندگی فردی است. معیار شایسته‌سالاری در اسلام، برخورداری از دو عنصر تعهد و تخصص است. آیه بالا که از زبان دختر حضرت شعیب در مورد استخدام حضرت موسی (ع) آمده است، به زیبایی و در کمال اختصار، این دو اصل را پیش شرط انجام هر فعالیت اقتصادی مطلوب دانسته است.

بسیاری از مشکلات اقتصادی که گریبانگیر افراد شده، ناشی از عدم توجه به این اصل—چه از زاویه حکومت و اجتماع و چه از زاویه خود افراد است؛ یعنی هم مناصب و فرصت‌های شغلی بر اساس شایستگی به افراد داده نمی‌شود و هم خود افراد به راحتی مشاغل را که تخصص و تعهد لازم برای اداره آن ندارند، می‌پذیرند و در نتیجه، خسارهای زیادی را متوجه خود و جامعه می‌کنند.

سیره رفتاری پیامبران و امامان این گونه بوده که اولاً به اندوختن و کسب مهارت‌های لازم برای هر کاری اهمیت می‌دادند و هم در عزل و نصب‌های حکومتی به این مسئله توجه می‌کردند. خداوند در سوره فرقان آنگاه که از پیامبری به نام «ذوالقرنین» به نیکی یاد می‌کند، یکی از صفات برجسته وی را این می‌داند که در هر کاری ابزار لازم برای موفقیت در آن کار را دنبال می‌کرد و به قولی، استاندارد عمل می‌کرد: «إِنَّا مَكْنَأُ لَهُ فِي الْأَرْضِ وَآتَيْنَاهُ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ سَبَبًا» (*) فَاتَّبَعَ سَبَبًا؛ ما به او در زمین، قدرت و تمکن دادیم و از هر چیزی [که برای رسیدن به هدف‌هایش نیازمند به آن بود] وسیله و ابزار مناسبی به او عطا کردیم (*) پس از آن ابزار رو وسیله پیروی کرد. (کهف، ۸۴ و ۸۵)

بنابراین آشنایی و استفاده از ابزارهای مناسب و کارآمد و به‌روز برای کسب و کار مفید اقتصادی یک رفتار مطلوب دینی است.

در جای دیگر، قرآن کریم هنگامی که از زبان یوسف پیشنهاد خزانه‌داری و ریاست بر امور کشاورزی را به عزیز مصر مطرح می‌کند، از این تعبیر استفاده می‌کند: «قَالَ اجْعَلْنِي عَلَى خَزَائِنِ الْأَرْضِ إِنِّي حَفِيظٌ عَلِيمٌ»؛ یوسف گفت: مرا بر خزانه‌داری این سرزمین بگمار؛ زیرا من نگاهبانی (امین) و کاردانی آگاه به این کار هستم» (یوسف: ۵۵) این تعبیر نشان از وجود تخصص و تعهد در وجود وی است.

جالب است بدانید که هیچ پیامبری نبوده که از داشتن حرفه و شغل برای درآمدزایی محروم باشد. این موضوع درباره حضرت داوود که حاکم و زمامدار بود، نیز صادق است. آن حضرت تا مدتی حق زمامداری خود از مالیات را برداشته و از بیت المال ارتزاق می کرد. حتی این مسئله خوشایند خداوند نبود تا آنجا که در آیه ۸۰ آمده است: « وَ عَلَّمْنَاهُ صُنْعَهُ لِيُوسِلَ لَكُمْ؛ ما به او ساختن زره را یاد دادیم.» بعضی چنین تصور کرده اند که صفت امانت و تعهد اهمیت بیشتری از علم و تخصص دارد و اگر بخواهند بین مهارت و تخصص در مقابل امانت و تعهد یکی را انتخاب کنند، بهتر آن است که امانت اختیار شود. در حالیکه امکان رسیدن زیان از آدم نادان ولی متعهد بیش از زیان دانایی است که ممکن است تعهدی نداشته باشد. اهمیت این موضوع تا آنجاست که از امام صادق نقل شده است: «از نظر من، فرق نمی کند که کار را به خائن واگذار کنم، یا به انسانی ناشی و نامتخصص و فاقد مهارت.»

کسانی که در سپردن مسئولیت‌ها و کارها تنها به امانت و پاکی قناعت می کنند، به همان اندازه در اشتباهند که برای پذیرش مسئولیت، داشتن تخصص را کافی بدانند. متخصصان خائن و آگاهان نادرست، همان ضربه را می زنند که درستکاران ناآگاه و بی اطلاع خواهند زد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرماید: «مَنْ عَمِلَ عَلَى غَيْرِ عِلْمٍ كَانَ مَا يُفْسِدُ أَكْثَرَ مِمَّا يُصْلِحُ؛ هر کس بدون علم و تخصص، کاری انجام دهد، بیش از آنکه آباد کند، خراب می کند.» شهید چمران می گوید: «می گویند تقوا از تخصص بالاتر است. آنرا می پذیرم ولی می گویم آن کس که تخصص ندارد ولی کاری را می پذیرد بی تقواست.»

بِهْتَرِ از آن دوست که نادان بُوَد

دشمنِ دانا که غمِ جان بُوَد

موضوع ۱۱۲: دوری از مال حرام

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِّنْكُمْ

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! اموال یکدیگر را به باطل (و از طرق نامشروع) نخورید مگر اینکه تجارتي با رضایت شما انجام گیرد.

(نساء، ۲۹)

از مال حرام دوری کن!

اسلام انسان را در کسب روزی آزاد گذارده، اما هرگز اجازه نداده که او در این راه مسیری را پیش گیرد که به فروپاشی ارزش‌های اخلاقی و اقتصادی جامعه منجر شود. به همین دلیل، بر هر فرد مسلمان واجب است تا حدود و ثغور احکام اقتصادی اسلام را بشناید و از مال حرام دوری کند. خداوند متعال در قرآن کریم، حرام خواری را از صفات یهود شمرده و می‌فرماید: «وَتَرَى كَثِيرًا مِنْهُمْ يُسَارِعُونَ فِي الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَأَكْلِهِمُ السُّحْتَ لَبِئْسَ مَا كَانُوا يَعمَلُونَ؛ «بسیاری از آنان را می‌بینی که در گناه و تعدی و خوردن مال حرام، شتاب می‌کنند. چه زشت است کاری که انجام می‌دادند!». هم‌چنین عامل فروپاشی و هلاکت مردم شعیب را رواج فساد اقتصادی در میان آنان می‌داند. (سوره‌های اعراف و هود)

خداوند متعال برای تمام مخلوقات «روزی حلال» مقدر فرموده است. اگر انسان عجله نکند و قناعت و صبر را پیشه خود سازد، تمام رزق مقدرش به او خواهد رسید. کسانی که از کسب حرام پرهیز نمی‌کنند، خیال می‌کنند اگر از مال حرام صرف نظر کنند، کمبودی در معاششان پدید می‌آید و سخت محتاج و گرفتار می‌شوند. یکی از زیباترین تعبیرات قرآن برای دوری از مال حرام در سوره نساء آیه ۴ آمده است: «وَلَا تَتَّبِعُوا الْهَيْبَةَ بِالطُّبِيِّ؛ «مال پاکیزه را به خبیث تبدیل نکنید».

پیامبر گرامی اسلام در تفسیر این آیه که در نهی از خوردن مال یتیم است، چنین می‌فرماید: یعنی پیش از آنکه روزی مقدر و حلالتان برسد، به سوی روزی حرام شتاب نکنید. حضرت علی(ع) روزی نزدیک در مسجد از استر پیاده شد و آن را به شخصی سپرد و وارد مسجد شد. آن شخص لجام استر را بیرون آورد و فرار کرد. امیرالمؤمنین(ع) در حالی که دو درهم را در دست داشت تا مزد سارق لجام را بدهد، از مسجد خارج شد. دید مرکب بدون لجام است. حضرت بر استر سوار شد و دو درهم را به غلامش داد تا برای آن مرکب لجامی بخرد. غلام به بازار آمد و همان لجام را در دست یک نفر دید. معلوم شد که دزد آن را به دو درهم به آن شخص فروخته و رفته است. غلام این مطلب را به آن حضرت گزارش داد. امیرالمؤمنین(ع) فرمود: «جز این نیست که بنده به سبب صبر نکردن و شتاب زدگی رزق حلال را بر خود حرام می‌کند؛ در حالی که بیش از آنچه مقدرش بوده، به دست نمی‌آورد».

حرام خواری برکت را از مال می برد؛ مانع قبولی عبادات شده و قساوت قلب می آورد. خوراکی که انسان تناول می کند، اگر پلید و حرام باشد، قلب را تیره می سازد. در این صورت دیگر از او امید خیری نیست و پند و اندرز در او اثر نمی کنند و سخت ترین مناظر رقت بار او را متأثر نمی کنند. امام حسین (ع) به لشکریان عمر سعد فرمود: «از اینکه شما نافرمانی ام می کنید، و به سخن من گوش فرا نمی دهید، این است که شکم هایتان از حرام پر شده و بر دل هایتان مهر خورده و دیگر حق را نمی پذیرید.» از آیات و روایات به خوبی استفاده می شود که اگر بخواهیم فرزندان سالم، متدین، خوش خلق و تربیت پذیر داشته باشیم، ابتدا باید منبع درآمد ما حلال باشد و لقمه ای حرام به خانه نیاوریم و حرام خواری نکنیم؛ زیرا لقمه حرام در نسل انسان بسیار اثرگذار است. این مطلب از آیه ۶۴ سوره اسراء هم فهمیده می شود.

گاهی خداوند این گونه مقرر می کند که فردی بر اثر چشم پوشی از مال حرام، چندین برابر آن را از راه حلال به دست آورد. امام صادق (ع) می فرماید: در میان قوم موسی (ع) مرد فقیری بود که همسرش اصرار می کرد که به دنبال کسب و درآمدی برود تا زندگی بهتری داشته باشند. یک روز از روی اخلاص از خداوند متعال کمک خواست. در خواب دید که از او پرسیدند: آیا دو درهم حلال می خواهی یا دو هزار درهم حرام؟ گفت: دو درهم حلال مرا کفایت می کند. گفتند: در زیر سرت دو درهم حلال قرار داده شده است. از خواب بیدار شد و آن را برداشت. با یک درهم آن یک ماهی خرید و به سوی منزل آمد. همسرش از کار او ناخرسند بود و از روی ملامت سوگند خورد که به آن دست نمی زند. مرد خود ماهی را آماده پختن کرد. ناگاه دو دانه «دُر» در شکم ماهی یافت. آن ها را به چهل هزار درهم فروخت.

در ادامه به برخی از موارد حرام خواری که امروز در جامعه رواج یافته است می پردازیم:

رشوه و اختلاس: قرآن کریم یکی از صفات زشت یهودیان دنیا طلب را این می داند که مال حرام را به میزان درشت و زیاد می خورند و از هیچ چیز باکی ندارند: «سَمَاعُونَ لِّلْكَذِبِ أَكْأَلُونَ لِّلسُّخْتِ؛ آنان سخت و زیاد پذیرنده دروغ و فریبکاری و رشوه خوار و حرام خوار هستند.» این افراد چگونه میتوانند حسابرسی سخت روز جزا را پیش سر گذاشته و از مهلکه دشوار حق الناس در آن روز جان سالم به در ببرند. آیا گمان کرده اند که از دادگاه عدل الهی هم می توان فرار کرد؟

گرانفروشی: کم فروشی، حقه زدن و غش در معامله، گناهی است که به شدت مورد نکوهش قرآن و روایات است. متأسفانه این گناهان رواج زیادی در اجتماع داشته و آثار مخرب و زیان بار فرهنگی و اقتصادی آن نادیده گرفته شده است. با نگاهی به سرگذشت قوم شعیب، درمی یابیم که مهم ترین عامل انحطاط و فروپاشی اخلاقی این قوم، گران فروشی و عدم رعایت انصاف در معامله است. بنابراین، جامعه اسلامی نیز باید از این واقعه تلخ تاریخی عبرت گرفته و در برابر این آفت بزرگ اقتصادی هوشیار باشند. قرآن کریم در ابتدای سوره مطففین می فرماید: «بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ وَیَلِّ لِلْمُطَفِّفِیْنَ (۱) الَّذِیْنَ إِذَا اٰكْتٰلُوْا عَلٰی النَّاسِ یَسْتَوْفُوْنَ (۲) وَ اِذَا کٰلَوْهُمْ اَوْ وَرَّثُوْهُمْ یُخْسِرُوْنَ (۳) اَلَا یَظُنُّ اُولٰٓئِکَ اَنَّهُمْ مَّبْعُوْثُوْنَ (۴) لِیَوْمٍ عَظِیْمٍ (۵) یَوْمَ یَقُوْمُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعٰلَمِیْنَ (۶)؛ به نام خداوند بخشنده مهربان، وای بر کم فروشان. (*) آن ها که وقتی برای خود کیل می کنند حق خود را به طور کامل می گیرند. (*) اما هنگامی که می خواهند برای دیگران کیل یا وزن کنند کم می گذارند! (*) آیا آن ها باور ندارند که برانگیخته می شوند. (*) در روزی بزرگ. (*) روزی که مردم در پیشگاه پروردگار عالمیان می ایستند.»

رباخواری: قرآن مسلمانان را به شدت از معاملات ربوی نهی کرده است؛ زیرا هم سبب از بین رفتن تعادل اقتصادی جامعه می گردد و هم پیشرفت و پویایی فضای کسب و کار را به خطر می اندازد و هم آثار روانی و فرهنگی بدی در پی دارد. در آیه ۲۷۵ بقره رباخواران به دیوانگانی تشبیه شده اند که هیچ گاه نخواهند توانست روی پای خود ایستاده و به طور کلی، تعادل جسمی و روحی ندارند. در آیات ۲۷۸ و ۲۷۹ خداوند رباخواری را جنگی آشکار با خود دانسته است: «یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ ذَرُّوا مَا بَقِيَ مِنَ الرِّبَا إِن كُنتُمْ مُؤْمِنِينَ» (*) «فَإِنْ لَمْ تَفْعَلُوا فَأْذَنُوا بِحَرْبٍ مِنَ اللَّهِ وَ رَسُولِهِ؛ ای کسانی که ایمان آورده اید! از (مخالفت فرمان) خدا به پرهیزید، و آنچه از (مطالبات) ربا باقی مانده، رها کنید، اگر ایمان دارید! (*) اگر (چنین) نمی کنید، بدانید خدا و رسولش، با شما پیکار خواهند کرد.»

کم کاری: یکی از مصادیق حرام خواری، کم گذاشتن در کار و فریبکاری است. متأسفانه این گناه نیز در جامعه رواج بسیاری یافته است. کارمندی که از ساعت کاری خود بدزدد یا به وظایف محوله نپرداخته و مراجعه کننده را سرگردان کند یا کارگری که کارش را خوب انجام دهد و تولید کننده ای که جنس نامرغوب به بازار حواله کند و معلم و استادی که این رویه را امور آموزشی در پیش گیرد و خلاصه، هر کس که به نحوی در کاری که حقوق می گیرد، کم کاری کند، مشمول این مورد خواهد بود. قرآن کریم در یکی از توصیه های حضرت شعیب به قومش می فرماید: «وَ يَا قَوْمِ أَوْفُوا الْمِكْيَالَ وَالْمِيزَانَ بِالْقِسْطِ وَلَا تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ وَلَا تَعْثَوْا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ؛ و ای قوم من، پیمانانه و ترازو را کامل و عادلانه بدهید و از مردم حقوقشان را کم مگذارید و تبهکارانه در روی زمین نبوید.» (هود، ۸۵) از این آیه فهمیده می شود که هر گونه حقوقی که به دیگران مرتبط شود، نباید مورد تضییع قرار گیرد و این یکی از مصادیق فساد در زمین است.

موضوع ۱۱۳: اصلاح الگوی مصرف (مدیریت در آمد و هزینه)

إِنَّ الْمُبَدِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا

بی تردید ولخرجان، برادران شیاطین‌اند، و شیطان همواره نسبت به پروردگارش بسیار ناسپاس است.

(اسراء، ۲۷)

اقتصاد اسلامی بر خلاف اقتصاد غربی، بر قناعت و پرهیز از مصرف گرایشی رویه تأکید دارد. به همین دلیل، مصرف بهینه و هدفمند، مورد توجه دین مبین اسلام قرار گرفته است. روزانه بخش بسیاری از ثروت فردی و عمومی ما به دلیل اسراف و ولخرجی به هدر می‌رود. انسان‌ها همواره در افراط و تفریط به سر می‌برند، در حوزه اقتصاد نیز همین گونه است و افراد یا در وادی بخل و خساست می‌افتند و یا زیاده‌روی کرده و در دخل و خرج خود اسراف می‌کنند که خود گناهی بزرگ و نابخشودنی است.

قرآن کریم در دستوری کلی و اساسی، به مؤمنان توصیه می‌کند که در همه زمینه‌های اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و... راه میانه را در پیش گیرند و از افراط و تفریط بپرهیزند. یکی از مصادیق این دستور، میانه‌روی در هزینه‌های زندگی و پرهیز از مخارج بی‌رویه است. در آیه ۲۹ سوره اسراء می‌خوانیم: «وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا؛ هرگز دست را بر گردنت زنجیر مکن، (و ترک انفاق و بخشش منما) و بیش از حد (نیز) دست خود را مگشای، تا مورد سرزنش قرار گیری و از کار فرومانی» این آیه اگرچه در موضوع انفاق کردن نازل شده، ولی حکمی کلی درباره همه امور اقتصادی این چینی را در بر دارد. مشابه این آیه در جای دیگر هم آمده است. در سوره مبارکه فرقان، خداوند یکی از صفات بندگان شایسته خود را این می‌داند که در امورات زندگی، میانه‌روی را رعایت می‌کنند: «وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا؛ و آنان که وقتی خرج می‌کنند، نه از حد معمول [و متعارف] می‌گذرند و نه تنگ می‌گیرند، و همواره میان این دو در حد اعتدال است.» (فرقان، ۶۷) به کار رفتن کلمه انفاق در این دو آیه نباید مخاطب را به اشتباه بیندازد که این آیه منحصرأ می‌خواهد موضوع میانه روی در انفاق را بیان کند؛ بلکه کلمه انفاق اعم از صدقه دادن است و به معنای مطلق خرج کردن می‌آید؛ ضمن اینکه اگر در موضوع صدقه دستور به میانه‌روی و رعایت اعتدال داده شده است؛ در دیگر مخارج زندگی این دستور به طریق اولی صادر شده است.

به طور کلی، تدبیر و برنامه‌ریزی اقتصادی، یکی از مهم‌ترین مهارت‌های زندگی است که مورد توجه اکید قرآن و روایات قرار گرفته است. امام صادق می‌فرماید: «إِنَّ السَّرْفَ يُورِثُ الْفَقْرَ وَإِنَّ الْقَصْدَ يُورِثُ الْغِنَى؛ اسراف موجب فقر و نداری، و میانه روی موجب غنی و بی‌نیازی می‌گردد. در حدیث دیگری امام کاظم ضمانت می‌دهد که کسی که میانه روی کند، هرگز فقیر نشود.»

به آبروی قناعت، شنا توانم کرد

اگر به وادی لب تشنگی فتد کارم

تدبیر در زندگی، گونه‌ها و چهره‌های متفاوتی دارد. مسائلی از قبیل انتخاب شغل، سن و زمان و مکان مناسب برای وارد شدن در عرصه کار و اشتغال از جمله آنهاست. اگر کسی بدون شناخت علاقه، استعداد و توانایی خود، در انتخاب شغل و مکان و زمان آن دچار اشتباه شد، به جای مَدَمّت و سرزنش روزگار و بدبینی به این و آن، باید خود را سرزنش کند و در تدبیر و برنامه ریزی خود تجدید نظر نماید. پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله فرمود: «مَنْ اَقْتَصَدَ فِي مَعِيشَتِهِ رَزَقَهُ اللهُ وَمَنْ بَدَّرَ حَرَمَهُ اللهُ؛ کسی که در زندگی خود میانه‌روی پیشه کند، خداوند به او روزی می‌دهد و کسی که ریخت و پاش کند، خداوند او را محروم نماید.» امام علی (ع) نیز فرمود: «قِوَامُ الْعَيْشِ حُسْنُ التَّقْدِيرِ وَ مِلَاكُهُ حُسْنُ التَّدْبِيرِ؛ برپایی زندگی منوط به اندازه‌گیری مناسب است و اندازه‌گیری مناسب به تدبیر مناسب وابسته است.»

امام باقر نیز در حدیث شریفی، تمام کمالات انسانی را در سه نکته خلاصه کرده است که یکی از آنها تدبیر در زندگی می‌باشد: «الْكَمَالُ كُلُّ الْكَمَالِ التَّفَقُّهُ فِي الدِّينِ وَ الصَّبْرُ عَلَى النَّائِبَةِ وَ تَقْدِيرُ الْمَعِيشَةِ؛ تمام کمالات در سه چیز نهفته است: فهم عمیق از دین، بردباری در ناملايمات و برنامه ریزی در زندگی.»

دلا معاش چنان کن که گر بلغزد پای فرشته ات به دو دست دعا نگه دارد

آری، مؤمن کسی است که ضمن توکل و اعتماد به خدا، مراقب درآمد و هزینه‌های زندگی خود بوده و پا را از گلیمش درازتر نکند. بسیاری از افراد که امروز دچار مشکلات سخت اقتصادی و قرض‌های زیاد شده‌اند، به دلیل بی‌توجهی به این اصل ساده و به طمع آینده‌ای موهوم خود را دچار بدهی‌های ناخواسته کرده‌اند.

در آیه ابتدایی این گفتار، اسراف‌کنندگان برادران شیطان نامیده شده‌اند؛ زیرا نفس انسان در کنار شیطان، دو نیروی اغواکننده مؤمنان می‌باشند و چنانچه افسار آن مهار نشده و به کنترل انسان در نیاید، چهره مؤمن را نیز شیطانی می‌سازد. گفتنی است تفاوت میان اسراف و تبذیر، آن است که اسراف به هرگونه زیاده‌روی در انجام عملی - حتی برخی عبادات - اطلاق می‌شود؛ مانند اسراف در کلام، اسراف در غذا و ...، ولی تبذیر تنها به زیاده‌روی در مال و ریخت و پاش بی‌حساب آن گفته می‌شود. به عبارت دیگر، تبذیر یک واژه کاملاً اقتصادی است و مقابل «قصد» به کار رفته که در موضوع قبل به آن پرداختیم.

دقت در مسأله اسراف و تبذیر تا آن حد است که در حدیثی می‌خوانیم: پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) هنگامی که مشاهده کرد یکی از یارانش مشغول وضو گرفتن است و آب زیاد از دستانش می‌ریزد، به وی فرمود: «چرا اسراف می‌کنی؟» او عرض کرد: «آیا در آب وضو نیز اسراف است؟» پیامبر فرمود: «آری، هر چند در کنار نهر جاری باشی.»

اصولاً هرگونه مصرف ناروا و نابجای زندگی از نمونه‌های اسراف محسوب می‌شود. نوجوانی که موبایل بسیار قیمتی دارد و زنی که برای یک مهمانی خاص، صدها هزار تومان فقط هزینه لباس می‌کند و آن را جای دیگر نمی‌پوشد و یا مردی که اتومبیل خارج از عرف و سیاق و مخالف شأن خود خریداری کرده و با آن پز می‌دهد و مواردی از این دست، قطعاً از مصادیق اسراف و تبذیر است. البته قضاوت کلی در مورد روا و ناروا بودن مخارج با عرف و افراد اجتماع است.

صرف نظر از اهمیت خودداری از اسراف و تبذیر در دین، موقعیت خاص کشور اسلامی ما - که در محاصره حکومت‌های سلطه‌گر قرار گرفته - ایجاب می‌کند که با حذف تجملات زندگی و رعایت الگوی مصرف، به استقلال کشور کمک کرده و از هدر رفتن منابع اقتصادی و انسانی جلوگیری کنیم. به همین دلیل در این سال‌ها، تأکید بر اصلاح الگوی مصرف مورد تأکید بزرگان دینی و به ویژه مقام معظم رهبری قرار گرفته است. این مطلب به ویژه برای مسئولین و کارگزاران حکومت اسلامی نیازمند توجه خاص و پیگیری عملی است؛ زیرا مردم شکل رفتاری زندگی خود را از الگوهای مطرح در جامعه می‌گیرند و چنانچه خود مسئولان در استفاده شخصی یا عمومی از حقوق خود الگوی مصرف را رعایت نکنند، سبب گسترش این رویه نابجا در میان توده‌های مردم هم می‌شوند. امیرالمؤمنین علی(ع) (علیه السلام) به کارگزاران خود توصیه می‌کرد حتی در نامه‌نگاری و استفاده از اموال بیت المال اسراف نکنند: «سر قلم‌ها را نازک تر کنید و بین سطرها را نزدیک نمایید و از استخدام واژه‌های زاید بپرهیزید و معانی را هدف قرار دهید و از پرچانگی و زیاده‌روی دوری نمائید، زیرا نباید به ثروت مسلمانان آسیب برسد.» و نیز فرمود: «إِنَّ أَعْظَمَ الْخِيَانَةَ خِيَانَةُ الْأُمَّةِ؛ بالاترین خیانت، خیانت به مردم است.»

موضوع ۱۱۴: کمک به پویایی اقتصاد

وَلَا تُؤْتُوا السُّفَهَاءَ أَمْوَالَكُمُ الَّتِي جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ قِيَامًا

و دارایی‌هایتان را که خداوند (مایه) پایداری (زندگی) شما گردانیده است به کم‌خردان نسپارید

(نساء، ۵)

یکی از جدی‌ترین تفاوت‌های اقتصاد از دیدگاه اسلامی با دیدگاه غربی آن این است که اسلام رشد اقتصادی فردی را در راستای پویایی اقتصاد عمومی مد نظر قرار داده، ولی در اقتصاد سرمایه‌داری و آزاد غربی فرد می‌تواند بی‌توجه به آثار عمومی عملکردهای اقتصادی خود، آزادانه به انباشت و تولید ثروت پردازد. اسلام جامعه را پیکر واحدی می‌داند که اعضاء آن به هم وابسته هستند. به همین دلیل، بیشتر دستورات اقتصادی اسلام در راستای کمک به اقشار ضعیف و جلوگیری از رشد نامتوازن و کاریکاتورگونه طبقات جامعه است. به عبارت ساده‌تر، اگر به دستورات اسلامی عمل شود، جامعه هیچ‌گاه روی فاصله طبقاتی را نخواهد دید، ولی در اقتصاد غربی این مطلب کاملاً به رسمیت شناخته شده است.

خلاصه آنکه، توجه به پویایی اقتصاد عمومی، یکی از رفتارهای مطلوب اقتصادی از منظر قرآن کریم است. در آیه بالا خداوند به مؤمنان توصیه می‌کند که دارایی خود را به سفیهان ندهند؛ زیرا خداوند این دارایی‌ها را مایه قوم جامعه قرار داده است. این آیه درباره یکی از احکام ولایت و سرپرستی ایتم آمده، ولی با نگاه کلی‌تری که در روایات و تفاسیر به آن شده، چند مطلب از آن فهمیده می‌شود: اولاً اسلام همه افراد جامعه را یکی می‌داند، بطوری که مصلحت و منفعت یک فرد نمی‌تواند از منافع جدا باشد، همچنین زیان یک فرد عین زیان یک جامعه است. به خاطر همین موضوع، به جای ضمیر غائب از ضمیر مخاطب استفاده شده است (به جای اموالهم از اموالکم استفاده شده)، یعنی این اموال در حقیقت فقط متعلق به ایتم نیست، بلکه به شما هم مربوط است و اگر زیانی به آن متوجه شود، به طور غیر مستقیم متوجه شما شده است، لذا در نگهداری آن باید مراقبت کامل داشته باشید. نکته دیگری که از آیه برداشت می‌شود این است که هر گونه فعالیت سفیهانه و کم‌خردانه موجب از بین رفتن اقتصاد عمومی می‌شود و مؤمنان باید رفتارهای اقتصادی خود را با ملاحظه خرد و عقل انجام دهند؛ به گونه‌ای که سبب تضعیف اقتصاد عمومی و در نتیجه اقتصاد فردی خودشان نشود.

در سال‌های اخیر، موضوعات اقتصادی مورد توجه اکید مقام معظم رهبری واقع شده است. در صدر این خواسته‌ها، موضوع «اقتصاد مقاومتی» قرار گرفته است. به جهت اهمیت و کاربرد این مقوله در زندگی فردی و اجتماعی، بنا داریم تا برخی مؤلفه‌های فردی آن را از منظر قرآن کریم بررسی کنیم.

الف - ضرورت حفظ عزت و استقلال اقتصادی:

بر اساس آموزه‌های قرآنی، اقتصاد جامعه باید بر عنصر اقتصاد مقاومتی شکل گیرد تا هم از نظر درونی قوام‌بخش باشد و هم از نظر بیرونی بتواند در برابر فشارهای گوناگونی چون خشکسالی، زلزله، جنگ و تحریم مقاومت داشته باشد. حفظ عزت و اقتدار جامعه اسلامی از مهم‌ترین اصول حاکم بر سیاست داخلی و خارجی در دین مبین اسلام است. آیات فراوانی از قرآن مسلمانان را به رعایت این اصل موظف نموده و آنان را از اعتماد مطلق سیاسی و اقتصادی به کفار بر حذر داشته است. در آیه ۱۴۱ سوره نساء می‌خوانیم: «وَلَنْ يَجْعَلَ اللَّهُ لِلْكَافِرِينَ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ سَبِيلًا» و خدا هرگز هیچ راه سلطه‌ای [در هیچ زمینه‌ای] به سود کافران بر ضد مؤمنان قرار نداده است. بنا بر این اصل هر فعالیت اقتصادی که منجر به سلطه و نفوذ دشمنان در جامعه اسلامی شود، باطل و ملغی است.

وظیفه آحاد مردم در این زمینه ایجاب می‌کند تا هر چه می‌توانند به استقلال و قدرت اقتصادی جامعه اسلامی کمک کنند. دولتمردان با کاهش واردات بی‌رویه و حمایت از تولیدکنندگان داخلی، سرمایه‌داران با راه‌اندازی کارگاه‌های تولیدی بر اساس دانش داخلی، کارگران با تلاش کمی و کیفی بهتر و مصرف‌کنندگان با خرید و حمایت از کالای داخلی می‌توانند به این دستور مهم قرآنی عمل نمایند.

ب - خودکفایی اقتصادی:

یکی از اصلی‌ترین مؤلفه‌های اقتصاد مقاومتی، شناخت و بهره‌گیری از تمام ظرفیت داخلی است. در آیه ۶۰ سوره انفال، خداوند از مؤمنان می‌خواهد تا تمام توان خود را برای مقابله با کفار به کار گیرند. اگرچه مصداق بارز آیه فوق، تقویت توان نظامی است؛ اما یقیناً می‌توان حکم آن را در تقویت توان اقتصادی (یا همان جهاد اقتصادی) نیز وارد دانست. خداوند در آیه ۱۱۳ سوره هود نیز مؤمنان را از اعتماد و تکیه بر کافران در هر مطلبی مطلقاً بر حذر داشته است. نتیجه این حکم، پرهیز از اتکاء به اقتصاد جهانی و ترویج اقتصاد درون‌زا (توجه به توان اقتصادی و منابع داخلی) می‌باشد. البته بر کسی پوشیده نیست که برقراری معاملات و صادرات و واردات با کشورهای بیگانه مخالفتی ندارد.

جامعه خودکفا، روی پای خود ایستاده است. قرآن مجید درباره مؤمنان به پیامبر اسلام (ص) می‌فرماید: «... كَزْرَعٍ أُخْرَجَ شَطَأُهُ فَآزَرَهُ فَاسْتَغْلَظَ فَاسْتَوَىٰ عَلَىٰ سُوقِهِ يُعْجِبُ الزُّرَّاعَ لِيغِيظَ بِهِمُ الْكُفَّارَ...»؛ ... مانند دانه‌ای که شاخ و برگ بیرون آورده و (این شاخه‌ها) او را تقویت کرده و در نتیجه آن گیاه درشت شده، تا آنکه بر ساقه استوار گردیده، بدان گونه که کشاورز را به شگفتی واداشته است (خدا آنان را قوی کرده)، تا به وسیله آنان کافران را به خشم آورد...». (فتح/۲۹) مفاد این آیه، قدرت یافتن مسلمانان و رسیدن آنان به شکوه و عظمتی است که دشمنان اسلام تاب تحمل آن را ندارند. قطعاً باید این اقتدار هم اقتدار سیاسی، هم اقتدار نظامی و هم قدرت اقتصادی و هم توانمندی فرهنگی باشد.

ج) افزایش بهره‌وری فردی و عمومی:

یکی از مهم‌ترین مظاهر جهاد اقتصادی برای مردم، اتقان و محکم کاری در کارهای تولیدی یا خدماتی است. درباره این بند، مطالبی را در ذیل موضوعات ۱۱۰ و ۱۱۱ بیان کردیم. اگر هر فرد در کارش، متعهد بوده و آن را به خوبی انجام دهد، اعتماد عمومی و هم‌افزایی اقتصادی نیز بالا رفته و باور عمومی به توان داخلی افزایش می‌یابد. متأسفانه عمل

برخی مردم خلاف این دستور دینی است. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلًا أَنْ يُتَقَنَهُ؛ خداوند متعال دوست دارد که هرگاه فردی از شما کاری کند آن را محکم و بی عیب انجام دهد.» نمونه‌ای از بهره‌وری اقتصادی مطلوب را می‌توان در ماجرای ریاست حضرت یوسف بر خزانه کشاورزی مصر در دوران قحطی یافت. هم‌چنین نوع همکاری مردم با دولت که منجر به جلوگیری از نفوذ دشمنان شد، در ماجرای ساختن سد مخصوص توسط ذوالقرنین در انتهای سوره کهف آمده است.

د) انتخاب مدیران شایسته:

اقتصاد از نظر آموزه‌های قرآنی قوام جامعه است؛ به این معنا که جامعه بشری با اقتصاد، برپا می‌ایستد. حال اگر انسان قوام زندگی خود را به دست افرادی ناپخته و غیرمتخصص بسپارد، حقیقتاً زیانکار است. هر دو مطلب از آیه فوق برداشت می‌شود.

در موضوع ۱۱۰ به شایسته‌سازی اشاره کردیم و گفتیم که تعهد و تخصص دو عامل ضروری برای پیشرفت و موفقیت در کار است. بر این اساس، مردم باید در انتخاب مسئولان به دو شاخص تعهد و تخصص توجه نمایند. مسئولین و کارفرمایان نیز، باید تخصص و تعهد مدیران و کارمندان خود را سنجیده و بر اساس شایستگی‌ها، مناصب مختلف را به افراد بسپارند. قرآن کریم در آیه ۵ سوره نساء می‌فرماید: «وَلَا تُؤْتُوا السُّفَهَاءَ أَمْوَالَكُمُ الَّتِي جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ قِيَامًا؛ و دارایی‌هایتان را که خداوند (مایه) پایداری (زندگی) شما گردانیده است به کم‌خردان نسپارید.»

خود مردم نیز باید در مشاغل و کارهای خود، دانش لازم و تخصص را به دست آورند تا بازدهی بیشتر و بهره‌وری بهتری تجربه کنند.

ه) تولید ثروت (پرهیز از انباشت ثروت)

اسلام به دنبال ارزش افزوده و تولید ثروت است و در احکام و قوانین خود نیز این سیاست را دنبال کرده است. در آیات قرآن بیان شده که انسان باید در آبادانی زمین بکوشد و با کار و عمل، تولیداتی داشته و بر ثروت خود و جامعه بیفزاید و بخشی را انفاق کند. در آیه ۶۱ سوره هود می‌خوانیم: «هُوَ أَنشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا؛ اوست که شما را از این زمین آفریده و آباد کردن آن را از شما خواسته است.»

البته در مبانی دینی ما بر این نکته نیز پافشاری شده که این تولید ثروت نباید به انباشت سرمایه و ثروت بدون توجه به عدالت منجر شود. نباید در جامعه اسلامی در گوشه‌ای شاهد تجمع ثروت باشیم در حالی که در نقطه‌ای دیگر عده‌ای محتاج شام شب باشند. احتکار و ربا و گرانفروشی به همین جهت در اسلام حرام است. در آیه ۳۴ سوره توبه نیز در همین مطلب تأکید دارد و عاقبت زراندوزی را مجازات دردناک الهی می‌داند: «وَالَّذِينَ يَكْتُمُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يُنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ؛ و آنها را که طلا و نقره را ذخیره کرده و در راه خدا انفاق نمی‌کنند، به مجازات دردناک بشارت ده.»

و) توجه به عدالت اقتصادی

بی گمان مهم ترین رسالت اجتماعی حکومت دینی، برقراری عدالت در تمام ارکان اجرایی، قضایی، فرهنگی، اقتصادی و ... است. مفهوم عدالت در اسلام، برابری اقتصادی آحاد جامعه نیست؛ بلکه اسلام در عین احترام به آزادی های شخصی و مالکیت خصوصی، بر آن است که ارزش های اخلاقی را نیز وارد اصول اقتصادی نموده و شرایطی در جامعه حاکم کند که جایگاه اجتماعی و اقتصادی هر کس به میزان تلاش و استعدادهايش باشد.

در آیات ۱۵۱ و ۱۵۲ سوره شعراء خداوند به طور ضمنی به مؤمنان توصیه کرده تا از کسانی که در زمین به فساد پرداخته و به دنبال تبعیض و ناعدالتی هستند، فاصله بگیرند: «وَلَا تُطِيعُوا أَمْرَ الْمُسْرِفِينَ (۱۵۱) الَّذِينَ يُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ وَلَا يُصْلِحُونَ؛ و دنباله رو مسرفان نباشید * کسانی که در زمین فساد کرده و هرگز به اصلاح نمی پردازند.»

اگر به میزان فساد اقتصادی در جامعه امروزی ما توجه شود، اوج نیاز به دستور مهم این آیه هم نمایان خواهد داشت. محور همه فعالیت های اقتصادی اسلامی باید رشد عدالت عمومی باشد. این گمان که پیشرفت اقتصادی جامعه بدون توجه به عدالت اقتصادی میسر است، تصویری باطل و غیراسلامی است. با نگاهی به سرگذشت اقوام منحرف در قرآن، درمی یابیم که یکی از مهم ترین عامل انحطاط و فروپاشی اخلاقی این قوم، خوشگذرانی مرفهان و فقر و تنگدستی تهیدستان بوده است. بنابراین، جامعه اسلامی باید از این واقعه تلخ تاریخی عبرت گرفته و در برابر آفات بزرگ اقتصاد ثروت محور هوشیار باشند.